



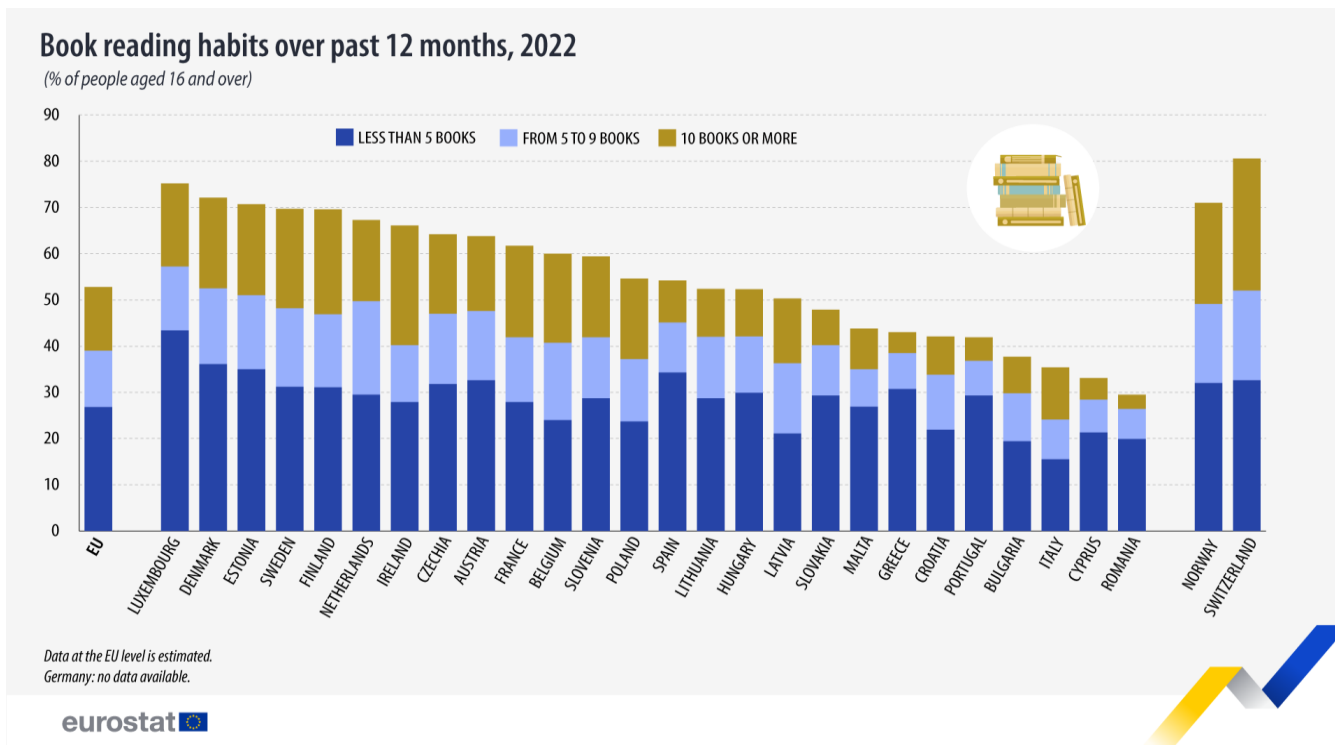
DLACZEGO WARTO CZYTAĆ KSIĄŻKI?

Dorota Deka - 2a

CZYTELNICTWO W POLSCE

Jak podają raporty Biblioteki Narodowej, w 2023 roku co najmniej jedną książkę przeczytało 43% Polaków. Tak wysoki wynik nie pojawił się w statystykach od dekady i jest wyższy od rezultatów badań z dwóch poprzednich lat o całe 9 punktów procentowych.

Z kolei Eurostat – Europejski Urząd Statystyczny oszacował, że w 2022 roku co najmniej jedną książkę przeczytało nieco ponad 50% Polaków w wieku 16 lat i więcej. W porównaniu do innych krajów Unii Europejskiej nie jest to wcale zły wynik – jesteśmy dokładnie pośrodku rankingu najbardziej czytanych państw.

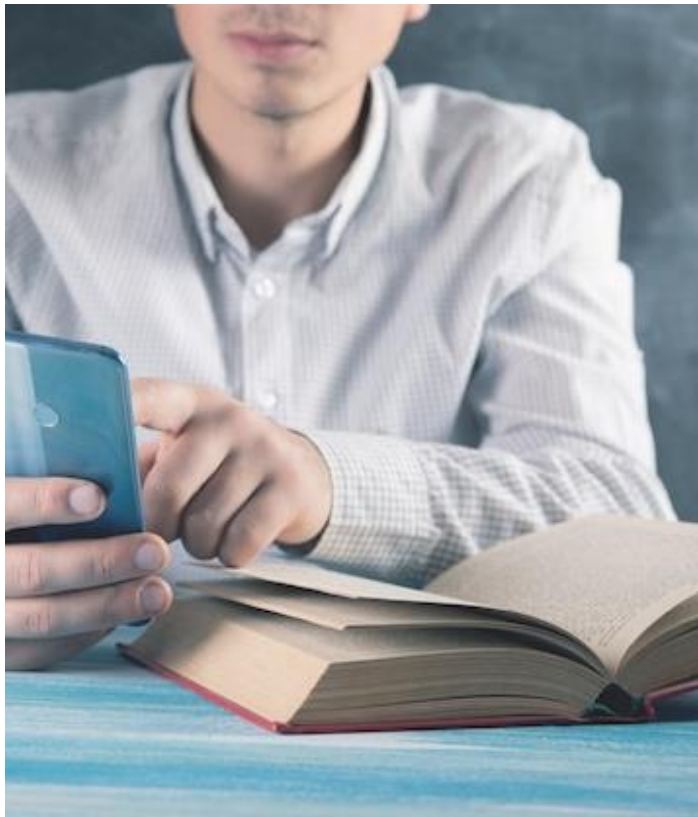


CZYTANIE JAKO BEZPIECZNY SPOSÓB ZBIERANIA DOŚWIADCZEŃ

Jako pierwszą z korzyści wynikających z czytania podam fakt, że uczestniczenie w dynamicznej historii zapisanej na kartkach książki sprawia, że zdobywamy wiedzę i doświadczenie, które może nam się przydać w prawdziwym życiu. Jednocześnie, nie będąc obecnymi fizycznie w często dość ekstremalnych i stanowiących zagrożenie dla życia wydarzeniach z książki zapewniamy sobie komfort i bezpieczeństwo.



CZYTANIE JAKO ALTERNATYWA DLA SCROLLOWANIA



W czasach smartfonów i komputerów nietrudno o prostą rozrywkę - gdy łapie nas nuda coraz częściej sięgamy po urządzenia elektroniczne. Negatywny wpływ zbyt długiego czasu przed ekranem był wielokrotnie udowodniany - spędzanie wieczorów przed smartfonem utrudnia zasypianie, a nadużywanie tych urządzeń może prowadzić do depresji, zaburzeń lękowych i innych problemów zdrowotnych. Zamiast męczyć sobie oczy światłem wyświetlaczy zanurzymy się w wybranym przez nas dziele literackim i cieszymy się mile spędzonym czasem.

KORZYŚCI ZDROWOTNE WYNIKAJĄCE Z CZYTANIA

Czytając nie tylko dostarczamy sobie wysoko jakościowej rozrywki, ale też troszczymy się o własne zdrowie. Naukowcy twierdzą, że regularne czytanie książek ponad dwukrotnie zmniejsza ryzyko zachorowania na Alzheimera lub demencję. Z kolei na uniwersytecie w Sussex przeprowadzono badania, z których wyniknęło, że ciekawa lektura już po kilku minutach może obniżyć poziom kortyzolu i zredukować stres nawet o 70%.





CZYTANIE JAKO TRENING SPRAWNOŚCI EMOCJONALNEJ

W naszych umysłach działają różne mechanizmy odpowiadające za odczuwanie empatii, czyli stawianie się w miejscu osoby którą widzimy, o której myślimy, lub o której czytamy. Dobra lektura potrafi wywołać w nas całą paletę emocji. Uczenie się szablonów odczuwania ich jest ważne na każdym etapie życia, lecz szczególnie u dzieci. Jest to jednym z powodów dla których czytanie dzieciom, zwłaszcza z odpowiednią intonacją, jest kluczowe dla ich prawidłowego rozwoju.



CZYTANIE A ZASÓB SŁOWNICTWA

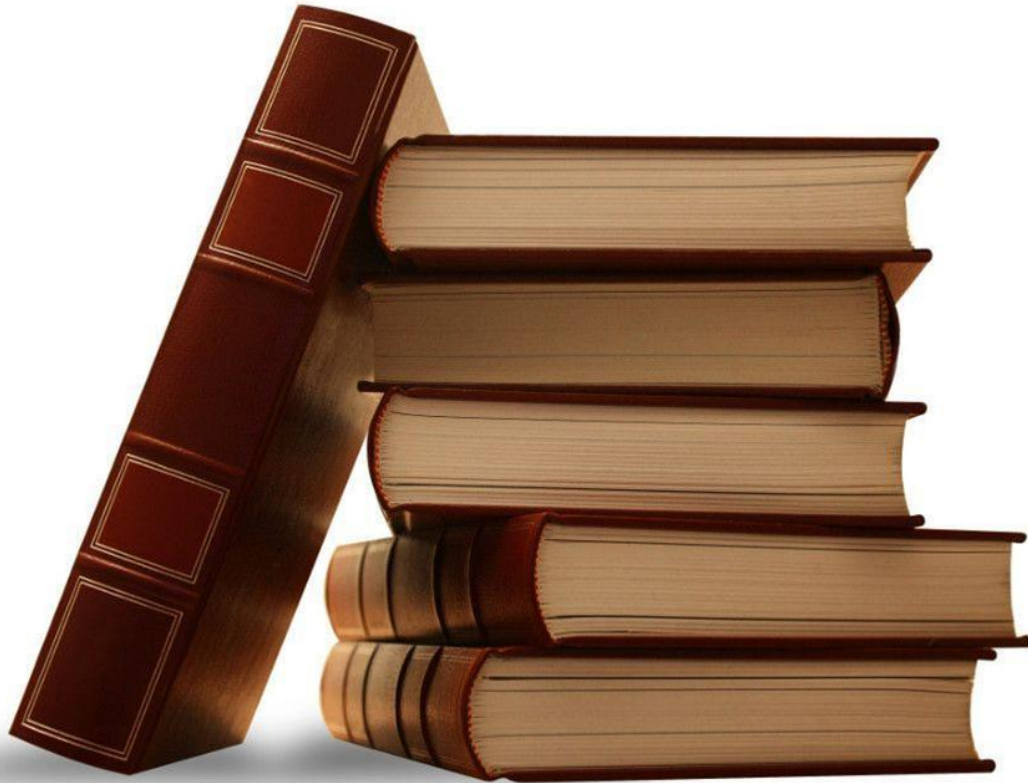
Rzadko kiedy spotykamy się z tak dużą ilością wyrazów naraz, jak podczas czytania książek. Wśród wielu słów których znaczenie już dobrze znamy, co jakiś czas pojawia się jakieś nowe i budzące naszą ciekawość. Sprawdzamy wtedy jego definicje i tym samym poszerzamy słownik naszego umysłu. Co więcej, czytanie książek dzieciom zwłaszcza przez pierwsze kilkanaście miesięcy ich życia pozytywnie wpływa na rozwój ich umiejętności mówienia.

CZYTANIE POPRAWIA PAMIĘĆ I ROZWIJA WYOBRAŹNIĘ

Umiejętność zapamiętywania informacji jest ważna na każdym etapie życia, w szczególności podczas nauki szkolnej. Czytanie jest znanym sposobem na jej poprawienie, zapewnia też zachowanie sprawności umysłu na długie lata. Równie przydatną cechą w obecnych czasach jest dobrze rozwinięta wyobraźnia, którą książki bez wątpienia stymulują. Pracodawcy coraz częściej doceniają umiejętność myślenia poza utartymi schematami oraz kreatywność i osoby posiadające te cechy będą miały większe szanse na znalezienie dobrej pracy.



KSIĄŻKI JAKO RZETELNE ŹRÓDŁO WIEDZY



W erze Internetu właściwie nie możemy ufać żadnej informacji, jaką napotkamy, dopóki jej dokładnie nie sprawdzimy w kilku różnych źródłach. Sieć globalna, będąca największym zbiorem wiedzy ludzkości, jest także ogromnym siedliskiem dezinformacji i fake newsów. Książki dużo łatwiej zweryfikować pod względem wiarygodności i choć zdarzają się w nich błędy i niedopowiedzenia, są one znacznie rzadsze niż na portalach społecznościowych, ponieważ większość książek musi zostać zweryfikowana przez wydawcę, aby móc trafić do sprzedaży.



PROGRAMY WSPIERAJĄCE ROZWÓJ CZYTELNICTWA

Istnieją rozmaite instytucje mające na celu podniesienie wskaźnika czytelnictwa wśród Polaków, takie jak Narodowy Program Rozwoju Czytelnictwa, dofinansowujący biblioteki publiczne oraz propagujący czytelnictwo wśród obywateli naszego kraju. Obecnie kończy się druga edycja programu, a w przygotowaniu jest już kolejna. W ciągu ostatnich lat program uświadamiał Polaków o benefitach wynikających z czytania i wspomagał miejskie oraz szkolne biblioteki.

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ

Użyte strony:

<https://www.bn.org.pl/raporty-bn/stan-czytelnictwa-w-polsce/stan-czytelnictwa-w-polsce-w-2023/>

https://ec.europa.eu/eurostat/en/web/products-eurostat-news/w/ddn-20240809-2?fbclid=IwY2xjawJncGZleHRuA2FlbQIxMAABHmcFRrRZhtBk9mAuuvrOPsavsUZRtwpBsRt_ZE5lQBt9Dyyt7mOo7M--Mt2C_aem_jfmh-slnlkhyYTfKyu45ew

<https://madraochrona.pl/blog/skutki-naduzywania-smartfonow/>

<https://www.youtube.com/watch?v=gTUmod-Kkx0>

https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.gov.pl/web/kultura/narodowy-program-rozwoju-czytelnictwa&ved=2ahUKEwifsrCJo9OMAxXdExAIHY2CKsoQFnoECAkQAQ&usg=AOvVaw2S9mhk8_r_0JpBFLv6qW-C
