

Jako rodzice często zastanawiamy się, co możemy robić jeszcze lepiej, by zapewnić dziecku rozwój i szczęście. Bywamy przytłoczeni przeróżnymi poradami i zaleceniami, nie zawsze mając czas na ich wdrażanie. Przesyt tych wszystkich możliwości i powinności tworzy wyrzuty sumienia i sprawia, że tracimy energię na rozmyślanie, zamiast skupić się na zwykłym, wartościowym spędzaniu czasu, który tak szybko ucieka.

Receptą na te problemy jest zwykłe, tradycyjne czytanie dzieciom książek. A gdy są starsze, to czytanie ich razem z nimi. Czytania nie trzeba planować ani się do niego przygotowywać. By czytać, nie musimy być kreatywni, wypoczęci ani w dobrym humorze. Po późnym powrocie z pracy, gdy jesteśmy zmęczeni i jest ciemno za oknem, wystarczy położyć się z dzieckiem i poczytać, łącząc coś wartościowego z odpoczynkiem oraz dobrym czasem również dla siebie. Tych 20 minut sprawi, że dzień będzie trochę lepszy, że zrobimy coś wykraczającego poza zwykłe obowiązki.

Wspólne czytanie jest naturalnym sposobem komunikacji i budowania rodzinnych więzi. To czas, w którym dziecko jest blisko Państwa, czuje się bezpieczne, ważne i naprawdę Państwa słucha. Świat, który znamy, nasze zasady i poglądy powstały m.in. w naszych domach, gdy rodzice lub dziadkowie i babcie czytali dzieciom bajki i legendy lub opowiadali historie.

Udowodniono, że czytanie redukuje poziom stresu najskuteczniej z powszechnie dostępnych czynności. Jest również antidotum na tak powszechne przebodźcowanie i trudności w skupieniu się.

Zresztą czytanie daje nam wymierne korzyści na każdym etapie dojrzewania. Początkowo wzmacnia więź z rodzicami i poczucie bezpieczeństwa, jednocześnie rozwijając umysł i wyobraźnię. Uczy koncentracji, odcinania się od bodźców, powiadomień w telefonach i szumu informacyjnego, na które dorastające pokolenie narażone jest jak żadne wcześniej.

Gdy dziecko jest starsze, wiedza i emocje wyniesione z książek wzmacniają pewność siebie, umożliwiają tak ważne u nastolatków mówienie „nie”. Wreszcie, w skali całego życia, czytanie daje szczęście. Statystycznie ludzie czytający książki są bardziej zadowoleni z życia, lepiej wykształceni, kreatywni, zajmują wyższe stanowiska i więcej zarabiają.

Jednocześnie dane są nieubłagane. Wynika z nich, że jeżeli dziecko nie wyniesie nawyku czytania z domu, to z reguły nie czyta dla przyjemności jako dorosły. Szkoła, biblioteka i rówieśnicy mogą pomagać rozwijać te zainteresowania, ale z reguły tworzy je rodzina. Utrzymanie nawyku czytania książek w obliczu tylu atrakcyjnych pożeraczy czasu i tak jest dla dzieci bardzo trudne. Ułatwiamy im to, bo to jedna z najważniejszych kompetencji.