

**10 powodów, dla których warto czytać książki**

Nie ma wątpliwości, że czytanie wpływa w znaczącym stopniu na nasz umysł. Czasami wystarczy kilka minut dziennie, by w ciągu roku przeczytać wiele wartościowych książek. Oto korzyści jakie płyną z czytania.

**1. Zwiększa zasób słownictwa**

Czytanie wzbogaca słownictwo, co znacznie pomaga w opisywaniu swoich uczuć i myśli. Ludziom często umyka jakiś wyraz lub chcą coś powiedzieć, ale nie potrafią ubrać tego w słowa. Na szczęście można nad tym pracować, a czytanie jest najlepszym ćwiczeniem.

**2. Poprawia pamięć**

Czytanie książek to także doskonała stymulacja dla mózgu. Czytając, tworzymy w głowie obrazy, łączymy nową wiedzę z tym, co już jest nam znane. Podczas czytania lektury, neurony są nieustannie zmuszane do wysiłku, co przekłada się na lepszą pamięć.

**3. Redukuje stres**

Dlaczego warto czytać książki? Czytanie działa uspokajająco. Jeżeli wybierzesz książkę, która naprawdę Cię interesuje, stres dnia codziennego odejdzie w zapomnienie.

**4. Pogłębia wiedzę**

Ludzie, którzy czytają, są mądrzejsi. Nie bez powodu mówi się o kimś, kto posiada wartościową wiedzę, że jest „oczytany”. Warto czytać książki, ponieważ to właśnie lektura sprawia, że człowiek poszerza swoje horyzonty i staje się jeszcze bardziej inteligentny.

**5. Inspiruje**

Książki potrafią zainspirować. Czasami znajdujemy się w takim punkcie swojego życia, że nie wiemy, w którą stronę warto pójść. Dlaczego warto czytać książki? W lekturze może zainspirować wszystko — postawa głównego bohatera, odwiedzane miejsca, podejmowane decyzje, aktywności.

**6. Rozwija wrażliwość i empatię**

Czytanie książek rozwija wrażliwość na sztukę i na innych ludzi. Ludzie, którzy czytają, trzy razy częściej odwiedzają muzea, a dwa razy częściej sami malują, piszą lub fotografują. Dzięki książkom rozwija się także empatia. Angażujemy się w fikcję literacką i potrafimy postawić się na miejscu drugiego człowieka, a także go zrozumieć.

**7. Zwiększa zdolności analityczne**

Książki wpływają także na większe zdolności analityczne. Osoby, które czytają kryminały, wymagające rozwiązywania zagadek, analizowania faktów, stawiania tez, rozwijają w sobie zdolność krytycznego i analitycznego myślenia.

**8. Poprawa pisania**

Częstsze sięganie po lekturę to także rozwijanie własnego stylu. Warto wybierać książki uznanych pisarzy, dzięki którym nauczymy się poprawności gramatycznej oraz ortograficznej. To jedna z najważniejszej korzyści, wynikającej z czytania książek, którą z pewnością doceni każdy dorosły, który już jako dziecko namiętnie czytał książki.

**9. Kształtuje osobowość**

Dzięki czytaniu możemy postawić się w różnych sytuacjach i wyobrażać sobie, co zrobilibyśmy na miejscu bohatera. Otwieramy się tym samym na nowe doświadczenia czy wyzwania, rozszerzamy horyzonty, kształtując własną osobowość.

**10.Uczy zaangażowania w życie społeczne**

Według badań przeprowadzonych przez amerykańską agencję wspierającą sztukę — NEA — ludzie, którzy regularnie czytają, znacznie bardziej angażują się obywatelsko oraz kulturowo. Co więcej, czytelnicy mają większą swobodę i łatwość wypowiedzi, robią to w sposób bardziej elokwentny. Przekłada się to na większe szanse na osiągnięcie sukcesu w życiu, a także podnosi samoocenę.