

# Wieczorne czytanie, wieczorny rytuał

**Nasze dzieci uwielbiają spędzać z nami czas. Kiedy poświęcamy im uwagę, mogą poczuć bliskość oraz więź, którą z nimi tworzymy. Wieczorne czytanie jest jedną z najlepszych praktyk, by nie tylko powiedzieć im „Dobranoc”, ale także by umilić zaśnięcie. Oprócz tego istnieje wiele innych pozytywów, które wynikają z wieczornego czytania! Przeczytaj artykuł, by poznać je wszystkie.**

Już dawno zostało potwierdzone naukowo, że u dzieci, którym się czyta od 3 do 5 razy w tygodniu, wzrasta umiejętność zarówno czytania, jak i liczenia. Dodatkowo dzieci poszerzają słownictwo i praktykują poprawną wymowę i budowę zdań. Twoje dziecko za każdym razem poznaje nowe słowa, często dopytuje: „Mamo, tato, co to znaczy?”. Pamiętaj, nie wstydź się przyznać, jeśli nie wiesz! Sprawdźcie razem w słowniku i wspólnie wzbogacajcie swoją wiedzę o nowe, przydatne słowa i zwroty!

Ile razy w ciągu dnia spotykasz się z Twoim dzieckiem sam na sam, w tak intymnym dla wszystkich czasie, nocnej ciszy? Codzienne zamieszanie, obowiązki, zgiełki, konflikty odsuwają Was od siebie. Dlatego zarówno dla Ciebie, jak i dla Twojego dziecka te 10 minut przeznaczone na czytanie jest niezbędne. Na koniec wymówione „Dobranoc, Kocham Cię” i buziak są w stanie odstawić w zapomnienie wszystkie niesnaski dnia codziennego. Nie rezygnuj z tego, to naprawdę wpływa doskonale na budowanie i umocnienie relacji z Twoim dzieckiem! Dodatkowo Twój głos działa uspokajająco na dziecko, pozwala mu poczuć Twoją obecność. Dlatego właśnie wieczorne czytanie może być niezbędnym elementem dla dzieci z problemem zasypiania. Wieczorne czytanie może pomóc im skojarzyć czytanie z porą snu i wprowadzić je w rutynę.

## **PAMIĘTAJ !**

**Rozmowy o emocjach często nie są łatwe, a uczenie się na swoich błędach często bolesne. Książki dają gotowe rozwiązania! Pokazują, że nawet najsilniejsi bohaterowie przechodzą kryzysy, czują smutek i złość, są normalnymi istotami odczuwającymi emocje – i to nic złego!**

Kolejnym powodem „za” jest poszerzanie wiedzy i wyobraźni dziecka. Nasze pociechy zaglądają do wcześniej niepoznanego świata! Książki zarówno fantastyczne, jak i podróżnicze, dokumentalne, przyrodnicze, akcji wprowadzają je w nieznaną, dotąd nieodkryty obszar. Dzieci uczą się używać swojej wyobraźni w celu zwizualizowania czytanych przez nas, rodziców, informacji. Twoje dziecko ćwiczy także koncentrację w celu zakodowania informacji i odtworzenia ich następnie w mózgu. Jest to podstawą do pobudzenia kreatywności, którą zauważysz w codziennym funkcjonowaniu Twojej pociechy! Co ważne, kiedy

czytasz dzieciom, zachęcasz je do samodzielnego czytania. Im częściej to zrobisz, tym lepiej! Możesz zachęcić je do ponownego czytania ulubionych książek. Pomoże im to nabrać pewności w czytaniu.

Rozmowy o emocjach często nie są łatwe, a uczenie się na swoich błędach często bolesne. Książki dają gotowe rozwiązania! Pokazują, że nawet najsilniejsi bohaterowie przechodzą kryzysy, czują smutek i złość, są normalnymi istotami odczuwającymi emocje – i to nic złego! Dodatkowo rozwiązują problemy dnia codziennego, także te komunikacyjne. Uczysz swoje dziecko ważnych wartości, dzięki Tobie będzie potrafiło odróżnić, co jest złe, a co dobre, co należy czynić, a czego należy unikać. Pokazujesz mu, jak ważna jest życzliwość, dlaczego należy mieć dobro innych na uwadze, czym jest empatia oraz jak czynić dobro. Wszystko to na konkretnych przypadkach, które występują w świecie najlepszych bohaterów Twojego dziecka! Po raz kolejny przypominamy:

**Ile razy w ciągu dnia spotykasz się z Twoim dzieckiem sam na sam, w tak intymnym dla wszystkich czasie, nocnej ciszy? Codzienne zamieszanie, obowiązki, zgiełki, konflikty odsuwają Was od siebie. Dlatego zarówno dla Ciebie, jak i dla Twojego dziecka te 10 minut przeznaczone na czytanie jest niezbędne.**

**Niech czytanie będzie przyjemnością**

### **1. Pozwól dziecku wybrać książkę**

Nie gaś u swojego dziecka entuzjazmu do czytania, pozwól mu wybrać sobie książkę. Zabierz je do księgarni lub biblioteki. A może Twoja pociecha poprosi Cię o jakąś książkę? Zamów ją! Niech ekscytacja nową zdobyczą nie będzie miała granic!

### **2. Niech to będzie zabawa!**

W stosownych momentach użyj humoru, zmień głos, nadaj każdej postaci charakter! Wyraźny akcent lub efekty dźwiękowe to sposoby na zapewnienie dziecku rozrywki. Po przeczytaniu porozmawiaj o historii, ponownie przejrzyj strony i zdjęcia i porozmawiaj o tym, co się stało. Jeśli dziecko zasnęło, zrób to następnego dnia przy śniadaniu. Postaraj się, aby było to przyjemne dla Was obojga!

### **3. Zadawaj pytania!**

Aby wzbudzić zainteresowanie i zaangażowanie dziecka, możesz zadawać pytania typu: „Jak myślisz, co wydarzy się później?” lub „Czy bohater poradzi sobie z problemem?”

### **4. Komfort to podstawa**

Zarówno Ty, jak i dziecko powinniście przy czytaniu być w komfortowej pozycji. Może to być łożko, krzesło bądź sofa, ważne, byście mogli się skupić na czytanej treści i odprężyć się po długim dniu.