




# ПОЛЬЗА КНИГ.

23 доказательства, что книги делают нас лучше




- 
- 1. Чтение уменьшает стресс.
  - 2. Чтение поможет избавиться от бессонницы.
  - 3. Чтение делает вас более чуткими.
  - 4. Чтение улучшает функционирование мозга.
  - 5. Книги-самоучители помогают бороться с депрессией.
  - 6. Чтение делает вас более привлекательными.
  - 7. Чтение помогает определяться с жизненными целями и справляться с трудностями.
  - 8. Читающие люди более социально активны.
  - 9. Чтение улучшает память и мыслительные способности.
  - 10. Чтение расширяет словарный запас.





KRISTEN ANGELO


- 
- 11. Чтение развивает ваши писательские способности.
  - 12. Читающие люди часто более развиты физически.
  - 13. Чтение помогает быть более открытым.
  - 14. Чтение облегчает изучение иностранных языков.
  - 15. Чтение развивает умение слушать.

Как ни странно, чтение улучшает навыки аудирования, облегчая для понимания лексику и грамматику. Особенно ярко это проявляется, когда вы читаете вслух.

- 16. Чтение развивает творческие способности.
- 17. Чтение может предотвратить болезнь Альцгеймера.





- 
- 18. Совместное чтение улучшает отношения родителей и их детей.
  - 19. Чтение помогает справляться с финансовыми трудностями.
  - 20. Дети, читающие книги, гораздо лучше справляются с учеббой.

Исследования подтвердили, что дети, которые много читают и получают от этого удовольствие, гораздо лучше справляются в школе. При этом они добиваются успехов не только в грамматике, но и в математике.

- 21. Чтение помогает реабилитировать преступников.
- 22. Чтение делает вас хорошим рассказчиком.
- 23. Чтение побуждает делать окружающий мир лучше.







По материалам: distractify

