Hemmämiz kitap okamagyñ peýdalydygyny eşidendiris

Category: Kitapcy,Psihologiýa,Sözler
написано kitapcy | 22 января, 2025
Hemmämiz kitap okamagyñ peýdalydygyny eşidendiris HEMMÄMIZ KITAP OKAMAGYÑ PEÝDALYDYGYNY EŞIDENDIRIS

- **Ýöne esasan onuň peýdaly taraplary nämede? Okamak nerw ulgamlaryny rahatlandyrýar**

Siz rahatlanmak üçin seýil etmegi ýa-da aýdym diňlemegi makul görýäňizmi?
Ýöne alymlar munuň ýerine kitap okamagy maslahat berýärler. Okamak nerw ulgamyny rahatlandyrmak-da peýdaly usul hasaplanýar.

- **Okamak ukusyzlykdan gutulmaga ýardam edýär**

Hatyrjem bolmak we uklamaga ýardam edýän iň gowy zat kitapdyr.

Telewizordan ýa-da telefondan ýaýraýan tolkunlar oýanmalydygy hakynda habar berýär. Kitap okamak bolsa tersine täsir edýär- beýni uklamaga wagt bolandygyna düşünýär.

• **Okamak kalbyňy ýumşadýar**

Kitap okaýan wagtyňda okyjy gahrymanlar bilen bile bolýar. Olaryň şatlygyna we gynanjyna şaýat bolýar. Barlaglaryň netijesine görä, köp çeper eser okan adam beýlekileriň hem içki duýgularyna gowy düşünýär.

• **Okamak adamy gözelleşdirýär**

Köp okamak biziň bilimimizi ýokarlandyrmak bilen, daş-keşbimize hem täsir edýär. Her dürli mazmundaky söhbedi gurap bilmek söhbetdeşiň mährini gazanmaga ýardam edýär.

• **Okamak durmuşdaky belli bir maksady saýlamaga we kynçylyklary ýeňip geçmäge ýardam edýär**

Alymlar ynsan näçe köp kitap okasa, durmuş ýoluny şonça-da anyk saýlap alýandygyny anykladylar. Kitap okamak durmuşdaky päsgelçilikleri ýeňmäge kömek edýär diýip hem aýdýarlar. Sebäbi durmuşda ýüze çykýan köp sanly kynçylyklaryň kitap arkaly çözgütlerini tapyp bolýar. Beýle ýagdaýlarda kitap biziň iň ýakyn maslahatçymyz bolýar. Çünki kitaplar durmuş wakalary esasynda döredilýär.

• **Okamak ýatkeşligi we pikirlenmek ukybyny gowulandyrýar**

Her gezek kitap okalanda beýni işjeň bolýar. Ol kabul edilýän täze maglumatlary saklamak üçin täze öýjükleri döredýär. Barlaglarda anyklanylanlara görä, mydama kitap okaýan adamlarda pikirlenmek ukyby beýlekileriňkä seredende haýalrak peselýän eken.

• **Okamak söz baýlygyny köpeldýär**

Kitap okalýan wagtynda nätanyş sözler hem duş gelýär. Olaryň manysyny sözlemiň mazmuny boýunça hem bilip bolýar. Emma muňa

seretmezden, şol sözüň düýp manysyny anyklamak üçin biz köp kitaplary agtarýarys. Şol pursatda bolsa ýene-de köp maglumatlary öwrenmäge mümkinçilik gazanýarys. Diýmek, bir we birnäçe nätanyş sözleri öwrenmek bilen çäklenmän, eýsem, maglumatlar goruna hem eýe bolýarys.

• Okamak ýazyjylyk ukybyny hem ösdürýär

Kitap okalýan wagtynda awtoryň ýazyş usuly hem okyja täsir edýär. Saz diňlenilýän wagtynda saz ýazýan adamyň saz dörediş usulynyň diňleýjä täsir edişi ýaly, ýazyjynyň ýazyş usuly hem okyja täsir edýär. Mysal üçin, köp roman okamagy halaýan adamlar köplenç durmuşa has höwesek bolýarlar, olar köplenç yşk-söýgi dogrusynda ýazmagy halaýarlar. Şeýle hem olar diýseň mylaýym bolýarlar.

• Okamak daşary ýurt dilini öwrenmegi ýeňilleşdirýär

Yzygiderli kitap okamak başga dilleri öwrenmäge, täze sözlere çalt düşünmäge we ýatda saklamaga uly kömek edýär.

• Okamak diňlemek ukybyny ösdürýär

Bu nähili üýtgeşik duýulsa-da, kitap okamak diňlemek ukybyny ösdürip, özgelere aňsat düşünmäge ýardam edýär. Kitap sesli okalanda hem peýdalydyr.

• Bilelikde kitap okamak ata-eneleriň we çagalaryň özara gatnaşyklaryny gowulandyrýar

Psihologlar bilelikde kitap okamak ata-eneleriň we çagalaryň arasynda söz bilen düşündirip bolmaýan üýtgeşik bir mynasybeti döredýär diýip belleýärler. Bilelikde kitap okalanda çagada ata-enesine bolan güýçli bir mähir döreýär, çaga öz düşünmedik zatlaryny sorap bilýär. Ata-eneleriň nähili okaýandygyna höwes edip, çaga hem şeýle gowy okamaga hereket edýär.

Taýýarlan: Roza HUDAÝBERGENOWA,
kitaphanaçy. Psihologiýa