

Nom:

Data:

Comprensió lectora

Quan dormim el **cervell** no s'apaga. Continua funcionant a ple rendiment i és capaç de fer-nos **somiar** aventures **fantàstiques** o històries **terrorífiques**. Ni les unes ni les altres són reals, però els **malsons** ens poden deixar ben espantats.



Els malsons són somnis força **desagradables** i tan intensos que poden fer que ens despertem. Quan tens un malson pots despertar-te amb el cor bategant a tota màquina. A més, quan tenim malsons podem **tremolar** i fins i tot podem moure els braços i les cames com si volguéssim **fugir** o **lluitar**. La major part de les vegades els malsons arriben perquè hi ha alguna cosa que ens **preocupa**.

T'ha passat mai de tenir un malson i pensar que et vols despertar? D'això se'n diu **somni lúcid**. A vegades, ens resulta difícil poder **oblidar** els malsons perquè ens impacten molt i ens acostumen a espantar. Així doncs, quan tenim un malson el millor que pots fer és explicar-los a algú en qui confiïs i que sàpigues que t'escoltarà amb atenció.

1 Què són els malsons?

- ☐ Són històries màgiques que passen en la nostra imaginació.
- ☐ Són somnis força desagradables que ens passen mentre dormim.
- ☐ Són ninots fantàstics.

2 Com et despertes quan tens un malson?

- ☐ Et despertes molt nerviós o nerviosa.
- ☐ Et despertes tranquil o tranquil·la.
- ☐ Et despertes content o contenta.

3 Per què tenim malsons?

- ☐ Perquè hi ha alguna cosa que ens preocupa.
- ☐ Perquè ens imaginem històries de terror.
- ☐ Perquè ens agraden.

4 Què és un somni lúcid?

- ☐ Un somni que recordem.
- ☐ Un somni maco.
- ☐ Un malson que ens fa pensar que volem despertar-nos.

5 Per què ens resulta difícil oblidar els malsons?

- ☐ Perquè es guarden al nostre cervell.
- ☐ Perquè ens impacten molt i ens acostumen a espantar.
- ☐ Perquè no volem.