

کتابخوانی و توصیه هایی برای آن

چرا کتاب نمی‌خوانیم؟

1. دنبال روش‌های زود بازده هستیم.
2. سرعت مطالعه پایین است.
3. تمرکز کافی نداریم.
4. بی‌حوصله هستیم.
5. کتاب‌ها عمدتاً طولانی هستند.
6. کتاب خواندن چندان لذت بخش نیست.
7. کتاب مناسبی در ذهن ندارم.

چه راهکارهایی برای کتابخوانی بیشتر داریم؟

🔗 قرار نیست همه کتاب‌ها را بخوانید.

طبیعی است که از بعضی از کتاب‌ها خوشتان نیاید. اگر همه کتابها را خوانده‌اید اوضاع نگران کننده است چون جسارت رها کردن کتاب بد را نداشته‌اید و یا حوزه مطالعه شما کوچک بوده و سراغ سایر ناشران/نویسندگان نرفته‌اید.

🔗 تندخوانی لزوماً مفید و موثر نیست.

روش‌های تندخوانی بر روی توانایی به خاطر سپردن و به یادآوردن تمرکز دارند نه بر روی درک مطلب.

🔗 برای مطالعه برنامه‌ریزی کنید.

کتابخوانی فعالیتی کیفی است نه کمی. کتابخوان حرفه‌ای ممکن است یکسال ۳۰ کتاب بخواند و سال دیگر فقط ۵ کتاب. کتابخوان‌های حرفه‌ای اهداف کیفی دارند. مثلاً خواندن همه آثار یک نویسنده خاص یا عدم خرید کتاب جدید تا وقتی تمامی فلان کتاب‌ها را نخوانده‌اند. برای خودتان هدف بگذارید و نه خروجی. مثلاً شب‌ها قبل از خواب ۳۰ دقیقه مطالعه کنم و دو شب هم استراحت کنم.

🔗 تمرکز و توجه را در حین مطالعه مدیریت کنید.

- وسایلی که حواستان را پرت می‌کند از خود دور کنید.
- دغدغه‌های ذهنی پیش از مطالعه را برطرف کنید (فرستادن ایمیل، تماس با یک شخص خاص)
- مطالعه را حتی‌الامکان در مکان ثابت انجام دهید.

📌 سهم متن‌های کوتاه را در رژیم مطالعاتی کاهش دهید.

با وجود شبکه‌های اجتماعی دیگر کمتر کسی حوصله خواندن متن‌های طولانی را دارد اما باید خواندن این متن‌ها را کاهش داد و به متن‌های طولانی‌تر عادت کرد.

📌 گروه کتابخوانی تشکیل دهید و درباره کتاب‌ها حرف بزنید.

یکی از بهترین کارها تشکیل گروه‌های کتابخوانی و تبادل نظر است. اما حتی اگر این امکان هم وجود نداشت می‌توانید در قالب وبلاگ و یا شبکه‌های اجتماعی از تجربه کتابخوانی خود بگویید و یا نکات و جمله‌هایی که در کتاب‌ها خوانده‌اید به اشتراک بگذارید.

📌 از کتاب‌های خوب یک لیست تهیه کنید.

از کتاب‌های خوبی که به شما معرفی می‌شوند یک لیست تهیه کنید ولی توجه کنید که لازم نیست تمام این کتاب‌ها برای شما هم جذاب باشد. آن‌هایی را که دوست نداشتید با خیال راحت کنار بگذارید. ضمناً توجه داشته باشید که کتابخوانی دیجیتال هم روش دیگری برای کتابخوانی است ولی خود را به یک روش خاص محدود نکنید.