

7 خطوات بسيطة تجعلك تقرأ أكثر



السبت 17 ديسمبر 2022 01:38 م

لا شك أن القراءة هي العنصر الأهم في التزود بالمعرفة ونيل خبرات ومهارات جديدة، كما أنها السبيل إلى التعرف على الحضارات والعلوم والفنون بكافة مجالاتها إلا أن الرغبة الملحة بالقراءة قد تتعارض أحيانا مع عدم التفرغ أو صعوبة الاختيار أو التشتت، فتجد نفسك محبا للقراءة، لكن قراءتك أقل بكثير مما تطمح إليه في التقرير التالي يقدم خميس جمال الزوبعي بعض النصائح لتتجز أكبر عدد ممكن من القراءات خلال أقل وقت ممكن

1- حدد هدفك من القراءة

قبل أن تقرأ أسأل نفسك لم أقرأ؟ معظم الناس يقرأون لهدفين رئيسيين: للاستمتاع بالقراءة أو لزيادة المعرفة بمجال ما وتحديد هدفك من القراءة يساعدك على استبعاد ما لا تريد قراءته، ويعطي الكتاب الذي قررت مطالعته أهمية كبيرة تحفزك على إتمامه بشكل أسرع

2- اقرأ في مجالات اهتمامك

لا تختَر كتباً فقط لأنها الأكثر مبيعاً أو لأن صديقك القارئ اللّهم رشّحها لك أو لأن كاتباً مشهوراً ألفها، بل اقرأ في مجالات اهتمامك، مما يخلق لديك الحافز لمتابعة القراءة والتأمل في سطور الكتاب ابحث عن عناوين في ذلك الموضوع أو غيره واقرأ مراجعات عن كل كتاب على حدة لتحصل على نظرة عامة عنه ثم قم باختيارك

3- نظم لائحة الكتب التي تخطط لقراءتها

يرغب كل قارئ في قراءة كل ما يقع نظره عليه تقريبا وعلى الرغم من أنه من المغري جداً أن تحدد عشرات الكتب لقراءتها لاحقاً فإن ذلك سيفوق قدرتك ووقتك وستبقى في قائمة القراءات المستقبلية وتشكل عبئاً نفسياً يرافقه لذا من الأفضل تحديد 3 أو 4 كتب واختيار موعد زمني لإنهائها، بالإضافة إلى تنسيقها في قوائم حسب الموضوع وترتيب كل مجموعة في مكان مخصص لها

4- حدد مدة زمنية لإنهاء قراءة كل كتاب

يميل الكثير من القراء لإتمام الكتب المستعارة من المكتبات العامة بشكل أسرع، وذلك لوجود موعد محدد يتوجب عليهم إعادتها، فيشكل ذلك دافعاً نفسياً لإتمامها وعلى نفس المبدأ، تحديد مدة زمنية لقراءة كل كتاب سيخلق لديك الحافز لقراءته بوقت أقل ويمنعك من التأجيل والمماطلة، لكن كن حازماً مع نفسك

5- حدد وقتاً خاصاً من اليوم للقراءة

من المهم جداً أن تجد وقتاً للقراءة مهما كثرت أشغالك، واختيار وقت محدد للقراءة يومياً سيجعلها جزءاً أساسياً من روتينك وسيخلصك من عادة تأجيل القراءة حتى تجد "الوقت المناسب" الذي غالباً ما ينقضي اليوم قبل إيجادك كما سيصبح من الأسهل على الآخرين معرفة جدول القراءة الخاص بك وبالتالي يخفف من مقاطعتهم لك خلالها

6- ركز جيداً وابتعد عن مصادر الإزعاج

تتطلب القراءة التركيز والانصراف عن مصادر الإزعاج حاول إيجاد مكان مناسب للقراءة بعيداً عن مصادر الضجيج والأصوات المزعجة كما يفضل أن يكون مكان تقرأ فيه مصادر التشيت البصري ومن المهم إغلاق الهاتف أو وضعه في مكان بعيد وستتم خلال ساعة واحدة من القراءة في مكان هادئ أكثر مما ستقرأه خلال 3 ساعات من القراءة المتقطعة وغير المركزة

7- تعلم تقنيات القراءة السريعة

أخيراً من المهم أن تطور مهارة القراءة السريعة لديك وتتعلم تقنياتها، مثل القراءة بالعينين فقط وتحويل الكلمات المقروءة إلى صور في خيالك وتجاهل الحواشي والهوامش واستخدام قاطع لإخفاء الفقرات السابقة من الصفحة حتى لا تعود لقراءتها، وبذلك تتم أكبر عدد

