

Kỹ năng đọc sách - Rèn luyện kỹ năng đọc sách hiệu quả

Sự phát triển nhanh của thiết bị công nghệ, các kênh giải trí nội dung ngắn và dài đang ngày càng thu hút các bạn trẻ. Việc đọc sách ngày càng bị lãng quên và gây “mất thời gian” trong mắt nhiều người. Thế nhưng, vẫn còn rất nhiều người đam mê và yêu thích việc đọc sách, đọc sách giúp bạn tập trung cao độ và tiếp thu kiến thức một cách chủ động. Vậy đọc sách như thế nào mới hiệu quả?. Cùng VietnamWorks tìm hiểu về 7 mẹo rèn luyện kỹ năng đọc sách nhé!

Kỹ năng đọc sách là gì?

Kỹ năng đọc sách là việc tiếp nhận các thông tin bằng con chữ và suy nghĩ về những thông điệp được truyền tải trong nội dung đó. Đây là một trong những kỹ năng mềm cần có, việc đọc sách giúp chúng ta tiếp thu nhiều kiến thức, biết thêm về những kinh nghiệm của người đi trước, áp dụng những kiến thức vào thực tế.

Những người hay đọc sách thường có lượng kiến thức sâu rộng, họ là người có nhiều trải nghiệm từ việc đọc sách. Nghiên cứu cũng cho thấy, những người có **kỹ năng đọc sách** là người có tư duy thông thái, biết lắng nghe và điều chỉnh cảm xúc tốt.

Tuy việc đọc sách nghe qua có vẻ đơn giản nhưng lại rất khó đối với những người không thể tập trung trong một thời gian dài. Vậy làm thế nào để rèn luyện được **kỹ năng đọc sách**?

Lợi ích của kỹ năng đọc sách mang lại

Sách là kho tàng tri thức lớn, đa dạng mọi lĩnh vực. Việc đọc sách giúp chúng ta cập nhật và bổ sung kiến thức một cách chủ động, mở rộng tư duy, hiểu biết và định hướng tương lai. Từ việc đọc sách, chúng ta cũng có thể rèn luyện khả năng suy luận, đánh giá và phân tích vấn đề.

Đọc sách giúp chúng ta mở rộng vốn từ vựng và cải thiện cách sử dụng ngôn ngữ. Việc đọc sách cũng giúp chúng ta giảm căng thẳng, stress, an ủi tâm hồn bên trong. Học thêm nhiều ngôn ngữ khác nhau, mở rộng thêm thông tin những nền văn hóa khác nhau, lối sống khác nhau. Nhờ đó bạn dễ dàng trau dồi các kỹ năng viết, lập luận và truyền tải ý tưởng thông qua viết. Tăng khả năng tập trung cao độ, cải thiện khả năng đọc nhanh và hiểu nhanh.

Ngoài ra, **kỹ năng đọc sách** còn giúp rèn luyện khả năng sáng tạo và tư duy mới, giúp bạn ngẫm nghĩ và tìm ra các giải pháp giải quyết vấn đề nhanh nhất. Đó là lý do việc rèn luyện **kỹ năng đọc sách** giúp bạn phát triển bản thân và giúp ích cho cuộc sống của bạn.

Những mẹo giúp cải thiện kỹ năng đọc sách hiệu quả

Lựa chọn loại sách yêu thích

Giống với cách bạn tìm kiếm những bộ phim nội dung bạn yêu thích, những món ăn hợp với khẩu vị của bạn, những người nổi tiếng truyền cảm hứng mà bạn yêu mến, những kênh giải trí thú vị bạn thích thú. Sách cũng vậy, hãy dựa vào nhu cầu, yêu thích của bạn để tìm kiếm những cuốn sách phù hợp với chính bạn.

Bạn có thể đọc thử nội dung giới thiệu phía sau sách để hiểu được nội dung cơ bản của sách. Đừng cố ép bản thân đọc những cuốn sách không hợp với sở thích, mong muốn của bạn, vì khả năng để bạn nhớ được nội dung trong những cuốn sách đó rất thấp.

Những cuốn sách phù hợp sẽ giúp bạn có hứng thú khi đọc hơn, dễ dàng ghi nhớ trong thời gian dài.

Sắp xếp thời gian đọc sách mỗi ngày

Đừng ép bản thân phải dành 1 – 2 tiếng để đọc sách, thời gian đầu bạn sẽ cần phải làm quen với việc đọc sách bằng cách chia nhỏ thời gian mỗi ngày. Bạn có thể bắt đầu với 10 trang sách mỗi ngày và dành 10 – 15 phút để đọc vài trang đầu và ngẫm nghĩ vào buổi tối. Theo nghiên cứu “6 phút đọc mỗi ngày” của đại học Sussex, lợi ích của đọc sách mỗi ngày giúp bạn giảm stress lên đến 68%. Giữ thói quen mỗi ngày đọc sách giúp bạn tăng khả năng tập trung cao và thư giãn tinh thần, giúp đầu óc trở nên bình tĩnh hơn, thời gian đọc tăng dần theo thời gian.

Đề sách ở những nơi dễ nhìn thấy

Đây là một mẹo hay nhằm nhắc nhở bạn giữ thói quen đọc mỗi ngày. Việc đề sách ở những nơi dễ nhìn thấy giúp tạo động lực thúc đẩy bạn đọc sách.

Đọc tổng thể trước rồi đọc chi tiết sau

Phương pháp scanning giúp bạn đọc “lướt” các nội dung cơ bản trước khi đọc chi tiết trong sách. Phương pháp này cũng được áp dụng trong việc học IELTS, TOEIC, kỹ năng này giúp bạn đọc nội dung trước khi đi vào chi tiết bài.

Bạn có thể đọc trước các nội dung mục lục, tiêu đề, chú thích,... trong sách để hiểu được nội dung chính trước khi bắt đầu đọc từng phần nội dung cụ thể. Việc này giúp bạn định hình được cuốn sách muốn truyền tải thông tin gì, tránh việc bị bỏ ngỡ trước những kiến thức mới.

Ghi chú lại khi đọc

Ghi chú, đánh dấu lại những kiến thức mới, thông tin quan trọng khi đọc là cách bạn rèn luyện khả năng ghi nhớ lâu. Việc ghi chú cũng giúp bạn cảm nhận và hiểu sâu hơn cách lựa chọn câu từ của tác giả. Bạn có thể sử dụng các loại highlight, giấy note để đánh dấu hoặc ghi lại những nội dung cần nhớ, tránh bị nhầm lẫn và bỏ lỡ các nội dung quan trọng.

Tóm tắt ngắn gọn lại những điều bạn đã đọc

Sau mỗi cuốn sách, điều gì đọng lại ở bạn?. Đây là điều quan trọng của việc đọc sách, việc tóm tắt ngắn gọn lại những điều bạn đã đọc giúp bạn hệ thống lại những nội dung từ sách. Khuyến khích bản thân bạn ghi nhớ lâu nội dung và đưa ra được những góc nhìn, cảm nhận của bạn.

Bạn dễ dàng chia sẻ tóm tắt nội dung với bạn bè, hoặc có thể thảo luận cùng người khác về nội dung cuốn sách. Bạn biết được cách truyền đạt, diễn giải nội dung với người khác bằng cách ghi nhớ những tóm tắt nội dung.

Tham khảo lựa chọn của người truyền cảm hứng cho bạn

Bạn có thể tìm hiểu thêm những cuốn sách của những người truyền cảm hứng cho bạn. Bạn dễ dàng tìm hiểu thêm những chủ đề hay, loại sách mà họ từng đọc. Những cuốn sách “thay đổi cuộc đời” của một người cũng là gợi ý hay cho bạn khi chọn lựa sách đọc.

Một số điều cần lưu ý trong quá trình đọc sách

Dưới đây là một số điều cần lưu ý để việc rèn luyện **kỹ năng đọc sách** trở nên dễ dàng hơn:

- Hạn chế việc đọc sách bằng miệng, việc này gây ảnh hưởng đến người xung quanh và khó tập trung. Nên đọc trong đầu và mắt để suy ngẫm.
- Chuyển động mắt và đọc trong đầu theo chiều thẳng đứng.
- Đọc lướt nội dung cơ bản trước sau đó tập trung đọc chi tiết nội dung. Có thể đọc chậm và kỹ ở những nội dung quan trọng, nội dung bạn yêu thích và đọc nhanh hoặc đọc lướt ở những nội dung không quan trọng
- Cố gắng nắm rõ được toàn bộ thông tin cả đoạn văn, đừng quá tập trung từng từ hoặc câu từ.
- Rèn luyện **kỹ năng đọc sách** mỗi ngày để tăng tốc độ đọc hợp lý

Trên đây là những thông tin tổng hợp về rèn luyện **kỹ năng đọc sách** hiệu quả. Hy vọng các phương pháp này có thể giúp các bạn rèn luyện cách đọc sách mỗi ngày./.

(ST)