**Làm sao để hình thành thói quen đọc sách**

Rèn luyện thói quen đọc sách là biện pháp tự học hiệu quả và đơn giản nhất. Tuy nhiên rất nhiều người chỉ đọc được nửa chừng cuốn sách rồi bỏ dở hoặc có những người chỉ cầm cuốn sách lên đọc được vài phút là cảm thấy buồn ngủ. Vì sao vậy? Nội dung cuốn sách không thú vị hay do bạn không thể tập trung. Hôm nay mình sẽ chia sẻ với mọi người cách rèn luyện thói quen đọc sách đơn giản và hiệu quả nhất, đảm bảo sau khi đọc xong các bạn sẽ “ngấu nghiến” đọc sách ngay thôi.  
**Tìm kiếm một cuốn sách thú vị**

****Việc chọn lựa chọn một cuốn sách để luyện tập là một việc làm rất quan trọng. Lúc mới bắt đầu thì bạn không nên đọc nhiều thể loại sách khác nhau. Bạn nên tìm một cuốn sách có độ dài vừa phải phù hợp với khả năng, trình độ và sở thích của bản thân.

Khi đã dần hình thành thói quen đọc sách, bạn có thể thay đổi, đọc những cuốn sách dày và phức tạp hơn một chút. Khó khăn nào rồi cũng qua nếu ta không bỏ cuộc.**Tạo không gian để rèn thói quen đọc sách**

****

Để rèn luyện thói quen đọc sách bạn nên cố gắng tránh xa các thiết bị điện tử vì chúng chính là nguyên nhân hàng đầu phá hủy mọi sự nỗ lực của bạn trong việc luyện tập. Bạn cũng không nên nói chuyện với người khác trong lúc đọc sách vì nó sẽ phân tán sự tập trung của bạn. Nếu có thể hãy đọc sách ở những vị trí, địa điểm có không gian yên tĩnh thoáng mát như ban công hay trong khu vườn ... **Thực hành rèn luyện thói quen đọc sách**

****

Bạn nên đặt mục tiêu cụ thể cho bản thân rằng mỗi ngày sẽ đọc sách trong khoảng bao lâu. Theo mình, trong thời gian đầu, bạn chỉ nên duy trì thói quen mỗi ngày trong khoảng 10-15 phút thôi để tránh cảm giác chán nản, mệt mỏi dẫn đến tình trạng sợ đọc sách. Theo các chuyên gia thì thời gian đọc sách tuyệt vời nhất là trước khi đi ngủ hoặc vào mỗi buổi sớm mai. Tuy nhiên, bạn nên biết cách chọn đầu sách nào để đọc trong mỗi khoảng thời gian. Cụ thể, trước khi đi ngủ, bạn hãy tìm đọc những cuốn sách nhẹ nhàng về cuộc sống, con người như các thể loại truyện, tiểu thuyết.

Lúc mới bắt đầu, bạn nên đặt mục tiêu mỗi lần đọc sách khoảng 10-15 phút.  
  
Sáng sớm là khoảng thời gian tinh thần bạn thoải mái và tỉnh táo nhất. Do đó, bạn có thể chọn những cuốn sách chuyên ngành có nội dung chuyên sâu một chút để nghiền ngẫm, suy nghĩ. Sau một thời gian làm quen và dần hình thành thói quen, bạn nên tăng khoảng thời gian đọc sách mỗi lần lên khoảng 20-30 phút. Cứ như vậy, bạn sẽ trở thành “mọt sách” lúc nào không hay.

**Không bao giời nói câu “Từ bỏ”**

Nếu bạn thấy rằng 10-15 phút lúc đầu là quá nhiều, bạn không thể tập trung ngồi đọc sách trong khoảng thời gian đó được thì cũng đừng vội chán nản và bỏ cuộc. Hãy giảm mục tiêu của bạn xuống và từ từ luyện tập. Chỉ cần bạn không từ bỏ.   
  
**Làm thế nào để chọn được một cuốn sách hay?**

****

Mình không chắc có nhiều người giống mình không? Nhưng mình có thói quen trước khi quyết định mua hay đọc bất kì cuốn sách nào, mình đều xem qua phần tóm tắt giới thiệu mục lục để hiểu ý tưởng nội dung chính nó hướng đến là gì. Hầu hết các cuốn sách đều có phần mở đầu và mục lục, dựa vào đó bạn có thể hiểu được ý tưởng cuốn sách viết về điều gì. Ngoài ra, mình thường tham khảo ý kiến phản hồi của các độc giả khác hoặc hỏi ý kiến bạn bè xung quanh để quyết định có nên đọc cuốn sách đó không.