

Dicas infalíveis para desenvolver o importante hábito de ler livros

O hábito de ler tem um impacto muito positivo. O prazer que se tem com a leitura vem da possibilidade que os livros nos trazem de escaparmos um pouco do estresse do dia-a-dia, de aprender mais sobre assuntos novos, de explorar novas culturas e até mesmo de encontrar respostas para aquelas perguntas que nunca conseguimos responder.

Mas o hábito da leitura, mesmo que muito importante, não é comum entre a população do Brasil. Isso se deve a tentativa, muitas vezes forçada, de exigir que as crianças e adolescentes leiam uma lista de livros simplesmente “porque sim”.

Hoje em dia é ainda mais difícil manter este hábito de ler com a injusta competição que a leitura tem que passar contra o Netflix, Whatsapp e as redes sociais.

De acordo com publicação feita pelo CPDEC (Centro de Pesquisa, Desenvolvimento e Educação Continuada), a média de livros lidos por cidadão brasileiro é de apenas 4,7 ao ano. Dessa média apenas 1,3 livros não fazem parte da lista de títulos que as instituições de educação inserem na grade de estudos.

A importância do hábito de ler e como ele pode influenciar sua carreira

A leitura pode impactar positivamente não somente a sua vida pessoal, mas também a profissional. É comum que, [durante uma entrevista de emprego](#), te questionem sobre os últimos títulos lidos. Pode parecer bobagem, mas com esta simples pergunta, o entrevistador pode descobrir se o candidato a vaga consegue:

- Ser persuasivo quanto estiver diante de uma argumentação;
- Mostrar interesse em aprender mais sobre

- assuntos novos;
- Usar vocabulário culto quando necessário;
- Escrever textos de qualidade;
- Usar a criatividade para resolver problemas do dia a dia.

Como incentivar a leitura, afinal?

O hábito de ler livros regularmente pode ser desenvolvido ou é uma tradição herdada? Ainda que se aprenda a gostar de ler por causa do estímulo da família e que a escola tenha influência nesse processo, só depende de você correr atrás do próximo livro interessante para ler.

Nós sabemos que isto não é uma tarefa fácil. Mas o primeiro passo é reconhecer essa necessidade e estar interessado nesse desafio! Nas próximas linhas, vamos compartilhar algumas dicas que podem te ajudar nessa missão. Você vai perceber que elas são bem simples e podem ser seguidas por qualquer um.

Qual o seu estilo de livro favorito?

A motivação pela leitura começa quando você se identifica com o estilo de livro que mais gosta. Portanto, é necessário buscar vários títulos que com certeza agradarão antes de tudo. Não comece indo atrás apenas de *best sellers* ou livros que estão na moda. Afinal de contas, as pessoas têm gostos diferentes, certo?

Se você se forçar a ler algo que não parece tão interessante e que possa ser chato, você aumenta as suas chances de se traumatizar e desistir de inserir o hábito de ler em sua vida.

Peça ajuda para seus amigos

Por outro lado, se houver grandes dúvidas sobre o que vale a pena ler, não tem problema nenhum em pedir ajuda. Quem não tem o hábito de ler diariamente, provavelmente vai ter dificuldade em reconhecer seu estilo preferido.

Se você é um desses que não sabe por onde começar, não tenha

medo de consultar colegas, amigos e familiares. Pessoas que fazem parte de seu círculo social e que o conhecem minimamente bem com certeza serão capazes de fazer recomendações que podem agradar bastante.

Crie a sua hora da leitura

A disciplina pode ser uma grande aliada de um bom leitor. Quando você reserva um tempo e um horário para leitura na sua agenda, este hábito se torna algo automático.

Aposto que você conhece quem ama abrir um livro antes de dormir para pegar no sono. Já outros não resistem à vontade de ler na pausa do almoço, antes de voltar ao trabalho.

A questão é que a disciplina é capaz de trazer o hábito de ler para o cotidiano de maneira suave e o processo acaba sendo até mesmo inconsciente. Porém, isso não significa que o livro não possa ser aberto em outros momentos.

Existem “lacunas” de tempo que não costumam ser aproveitadas. Por exemplo, aqueles 20 minutinhos da viagem de metrô ou ônibus, aquela fila extensa no banco, aquela espera para atendimento em consultório médico – todos esses momentos podem ser ocupados com as páginas de um livro!

Todo leitor tem um perfil. Mas para que a leitura se torne de fato uma rotina, o ambiente tem que estar alinhado com essa proposta. Ficar longe de ambientes barulhentos é muito importante.

Mas se isso não for suficiente para manter a concentração, a nossa dica é juntar a leitura a outros hábitos que criem uma associação positiva na sua cabeça.

Vamos explicar o que isso significa logo abaixo.

Hábito de ler não é uma obrigação

Para começar, a leitura precisa passar a ser vista como uma atividade prazerosa e não como uma obrigação.

Vamos pegar como exemplo a última vez que você decidiu ir ao cinema. Só de pensar em assistir assistir um filme, sua mente

já associa esse momento de diversão a uma série de coisas agradáveis que você estará submetido: como comer uma [pipoca](#) deliciosa, boas companhias ou uma história incrível. A nossa dica é agregar outras coisas prazerosas a esse momento de leitura. Que tal preparar uma [pipoca doce](#) bem gostosa com sua bebida favorita para se deliciar enquanto lê um livro? Treinar sua mente para esse tipo de associação é um importante passo para passar a gostar de ler.

Acha que os livros são coisa do passado?

Passar algumas horas longe do Whatsapp e do Instagram é algo impossível para algumas pessoas. Se você é do tipo que não desgruda da tela do seu celular, temos uma boa notícia!

Hoje em dia há um monte de aplicativos de livros e aparelhos portáteis que te permitem continuar lendo quando e onde quiser de forma digital. E não são apenas livros – já existem inúmeros jornais e revistas online também.

O aplicativo [12min](#), por exemplo, oferece uma enorme quantidade de títulos resumidos justamente para quem não tem muito tempo disponível. Quem sabe ele não te ajuda a dar esse primeiro passo?

Você viu que não tem mais desculpa para virar um devorador de livros, não é? Espero que você tenha gostado dessas nossas dicas e que já comece hoje mesmo a criar um hábito de ler livros.

O que acha de dar uma conferida agora em um post que vai te ajudar a escolher [suas próximas leituras](#)?



Artigo produzido pela equipe do [Clube da Pipoca](#).