



ในกระเป๋าเดินทางและในรถของผม ผมจะติดหนังสือที่อยากอ่านไว้อย่างน้อย 2 เล่มไว้เสมอ ในที่ที่สามารถหยิบออกมาอ่านได้อย่างสะดวก และจะอ่านทันทีที่มีโอกาส”ในกระเป๋าเดินทางและในรถของผม ผมจะติดหนังสือที่อยากอ่านไว้อย่างน้อย 2 เล่มไว้เสมอ ในที่ที่สามารถหยิบออกมาอ่านได้อย่างสะดวก และจะอ่านทันทีที่มีโอกาส”

พ่อแม่ไม่สามารถปฏิเสธได้ว่า การอ่านเป็นการเพิ่มทุนความรู้ที่คุ้มค่ายิ่งสำหรับชีวิตในอนาคต คนที่ไม่อ่านหนังสือ เท่ากับปิดประตูมรรตพหุแห่งปัญญา ย่อมเป็นยากทางปัญญา

โดยเฉพาะอย่างยิ่งในโลกแห่งข้อมูลข่าวสารในปัจจุบัน ที่มีแหล่งเรียนรู้ ข้อมูลต่างๆ มากมายจากทั่วโลกให้เลือกหาได้อย่างเสรี หากเราเห็นความสำคัญของการอ่าน และปรารถนาให้ลูกของตนเป็นคนหนึ่งที่มีนิสัยรักการอ่าน รักการเรียนรู้ พ่อแม่ควรสำรวจลูกรักตั้งแต่วันนี้ ว่าลูกของเรานั้นอ่านหนังสือเป็นหรือไม่ มีประสิทธิภาพการอ่านมากน้อยเพียงใด เพื่อสามารถแก้ไขจุดอ่อนได้ทันที่และพัฒนาทักษะในการอ่านของลูกให้ดีขึ้นต่อไป โดยการฝึกฝนลูกให้เป็นนักอ่านที่มีประสิทธิภาพในภาคปฏิบัตินั้นเริ่มจาก



เริ่มต้นประเมินอุปนิสัยรักการอ่านของลูก อาทิ ลูกเราชอบอ่านหนังสือหรือไม่ เพราะเหตุใด ในหนึ่งวัน 24 ชั่วโมงอ่านหนังสือกี่นาที ถ้าไม่ใช่ช่วงสอบหรือจำเป็นต้องอ่าน ลูกเราอ่านหนังสือหรือไม่ ส่วนใหญ่แล้วลูกชอบอ่านหนังสืออะไร ลูกสามารถตอบได้หรือไม่ ว่าทำไมเขาจึงต้องอ่านหนังสือ คำตอบที่ได้จากคำถามเหล่านี้ ทำให้เราประเมินเบื้องต้นได้ว่า ลูกเรานั้นมีนิสัยรักการอ่านหรือไม่ โดยอาจลองสังเกตพฤติกรรมอื่นๆ ด้วย เช่น หากลูกใช้เวลาว่างอ่านหนังสือ ไม่ว่าจะรถเมล์ นั่งบนรถไฟฟ้า คอยเพื่อน ลูกมีการตั้งเวลาเฉพาะเจาะจงสำหรับอ่านหนังสือ ลูกชอบไปร้านหนังสือ ฯลฯ ซึ่งนับเป็นนิมิตหมายที่ดีว่าลูกของเราเริ่มก้าวไปในทิศทางที่รักการอ่าน อ่านเป็นชีวิตจิตใจ อ่านเป็นเหมือนขนมหวาน ไม่ได้อ่านเป็นเหมือนยาขม ไม่ถูกบังคับก็ไม่กิน เสียใจได้ก็เสียใจ

อย่างไรก็ตาม หากอยู่ในสถานะที่ตรงกันข้าม อ่านบ้าง เช่น อ่านแต่หนังสือการ์ตูน แต่หนังสือเป็นเล่มใหญ่ๆ ตัวหนังสือเยอะๆ ไม่ชอบอ่าน อ่านเพียงข้อมูลข่าวสารที่ส่งๆ ผ่านกันมาทางไลน์ ทางเฟซบุ๊ก เพราะคิดว่า น่าจะเพียงพอแล้ว อ่านแต่หนังสือเรียนที่โรงเรียนจัดให้เท่านั้น หรือบางครั้งก็แทบไม่แตะเลย ไม่ชอบอ่านเพราะมีแต่ตัวหนังสือ อ่านแล้วเครียด อ่านแล้ววง อ่านแล้วเบื่อ ไม่มีสมาธิพอที่จะจดจ่อในการอ่าน ชอบรับสื่ออื่นๆ ที่มีทั้งภาพและเสียงมากกว่า เวลาขึ้นรถไฟฟ้า รถประจำทาง ชอบจ้องอยู่หน้าโทรศัพท์มือถือ คุยกับเพื่อน เล่นเกม มากกว่าจะอ่านหนังสือ เมื่อกลับถึงบ้าน ชอบเปิดทีวี ดูละคร ไม่ก็อยู่หน้าจอกอมพิวเตอร์ มากกว่าเข้าห้องสมุด หรือค้นคว้าข้อมูลที่มีสาระจากอินเทอร์เน็ต หากลูกของเรามีลักษณะเช่นนี้

ย่อมถึงเวลาในการสร้างนิสัยรักการอ่านได้แล้ว โดยเริ่มจากพ่อแม่จัดหาหนังสือที่กระตุ้นให้ลูกอยากอ่าน และคุ้มค่าที่จะอ่าน

จิม โรห์น ผู้ประกอบการที่มีชื่อเสียงของสหรัฐอเมริกา นักเขียนและนักพูดที่มีวาทศิลป์สูงใจอดเยี่ยม ใต้ให้คำแนะนำแก่ผู้ที่ต้องการประสบความสำเร็จว่า “ทุกสิ่งที่คุณต้องการเพื่ออนาคตที่ดีกว่าและประสบความสำเร็จล้วนมีคนอื่นเขาไว้แล้ว แล้วไงนะหรือ สิ่งที่คุณต้องทำก็คือ ไปที่ห้องสมุด”

การอ่านหนังสือจะช่วยให้ประสบความสำเร็จในเรื่องที่เราต้องการ ซึ่งหาได้อย่างแน่นอนในห้องสมุด อาจเป็นห้องสมุดทั่วไป หรือแหล่งข้อมูลทั่วโลกที่สามารถหาได้ผ่านทางอินเทอร์เน็ต การกระตุ้นให้อยากอ่านหนังสือ จึงควรเริ่มด้วยการเข้าไปที่แหล่งหนังสือ อาจเข้าไปเดินดูตามร้านหนังสือ ทั้งร้านจริงๆ และร้านหนังสือในอินเทอร์เน็ต หรือเข้าไปในห้องสมุด สืบหาหนังสือประเภทต่างๆ เพื่อพัฒนาสมรรถนะทุกด้าน

โดยเลือกหนังสือที่อยากอ่านและคุ้มค่าที่จะอ่าน พร้อมสอนลูกในการประเมินว่าหนังสือเล่มนั้นน่าสนใจและน่าอ่านหรือไม่ โดยเริ่มจาก

พิจารณาหัวข้อ เริ่มจากคำนำ ซึ่งเป็นตัวบอกว่าเนื้อหาทั้งหมดในหนังสือจะกล่าวถึงเรื่องอะไรบ้าง สารบัญ เพื่อให้รู้ว่าในแต่ละบทประกอบด้วยอะไรบ้าง มีหัวข้อย่อยอะไรบ้าง เนื้อหาภายใน เปิดดูโครงร่าง หัวข้อ ในแต่ละบทอย่างไรบ้าง เพื่อดูว่าอ่านง่ายไหม เขียนเป็นระบบหรือไม่ บทสรุป หากมีบทสรุป ให้ลองอ่านคร่าวๆ ซึ่งจะช่วยให้เราเข้าใจสิ่งที่ผู้เขียนต้องการนำเสนอ และสิ่งที่เราจะได้รับ

พิจารณาผู้เขียน ดูว่าใครเป็นคนเขียน โดยดูจากประวัติซึ่งอาจอยู่ด้านในหรือด้านหลัง เราควรเลือกหนังสือของผู้เขียนที่มีความคิดความอ่าน มีความคิดลึกซึ้ง มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องที่เขียน มีชื่อเสียงดีในวงการ มีการศึกษาสูง หรือมีประสบการณ์ในเรื่องนั้นมากพอที่จะนำมาถ่ายทอด เป็นประโยชน์แก่ผู้อ่าน ถ้าพิจารณาแล้วว่า ชื่อเสียง ประวัติ และผลงานของเขา สะท้อนความรู้คิดที่ลึกซึ้ง ย่อมทำให้เราพอจะเดาออกว่า ข้อเขียนในหนังสือเล่มนั้น ย่อมต้องมีสาระและเกิดประโยชน์อย่างไรแก่เรา

พิจารณาเสียงวิพากษ์วิจารณ์ เป็นการยืมมือคนอื่นที่อ่านมาแล้ว มาเป็นข้อคิดพิจารณาเบื้องต้นในการเลือกของเรา โดยลองสำรวจดูว่า มีใครพูดถึงหนังสือเล่มนี้บ้างไหม อย่างไร เช่น ดูจากคนเขียนคำนิยม พูดถึงหนังสืออย่างไรบ้าง ดูจากนักวิจารณ์และผู้ที่เคยอ่านหนังสือเล่มนี้มาแล้ว ได้กล่าวถึงเนื้อหาอย่างไร มีเสียงชมเชยหรือตำหนิมากกว่ากัน เป็นหนังสือติดอันดับขายดีหรือไม่ เป็นต้น



ในช่วงเริ่มต้นของการสร้างนิสัยรักการอ่าน ควรพิจารณาเลือกหนังสือที่อยากอ่านและอ่านได้จริง ดังนี้

เลือกเรื่องที่สนใจ เลือกเรื่องที่เราสนใจอยู่แล้ว ไม่ว่าจะป็นหนังสือประเภทใด การอ่านเรื่องที่ตนเองสนใจจะช่วยให้เราเกิดความรู้สึกสนุก ตื่นเต้น ในการติดตาม เรื่องที่อยากรู้ว่าเกิดอะไรขึ้น

เลือกเรื่องที่เข้าใจง่าย ในช่วงแรกเราควรเลือกหนังสืออ่านง่าย อ่านสบาย อ่านสนุก พร้อมๆ กับได้ขบคิด ได้เนื้อหาสาระที่ต้องการด้วย โดยแทนที่อ่านหนังสือที่มีเนื้อหาสาระเชิงวิชาการ มีทฤษฎีที่ซับซ้อน หรือใช้ภาษาที่เข้าใจยาก ซึ่งอาจทำให้เราอ่านไม่เข้าใจ จนกลายเป็นความเบื่อหน่ายไม่อยากอ่าน เราเลือกรูปแบบเดียวกันที่อ่านง่ายกว่า เช่น แทนที่จะอ่านตำราทฤษฎีฟิสิกส์ยากๆ



ทำท่ายต่างๆ มาให้ลูกอ่าน เพื่อกระตุ้นให้เกิดกำลังใจอยากอ่านไปจนจบ และเกิดความรู้สึกสนุกไปกับการอ่านหนังสือเล่มนั้น

เลือกเรื่องที่ไม่ยาวมาก การอ่านเรื่องที่มีเนื้อหายาวมากๆ หรือใช้คำศัพท์เชิงเทคนิคมากๆ อาจทำให้ลูกงง ไม่เข้าใจ และเกิดความเบื่อไม่อยากอ่านให้จบ ดังนั้นในช่วงเริ่มต้นจึงควรเลือกเรื่องที่ไม่ยาวมากนัก อ่านจบได้ในเวลาอันรวดเร็วก่อน เช่น อ่านเรื่องสั้นแทนการอ่านนวนิยาย อ่านบทความสั้นๆ แทนการอ่านตำราเป็นเล่ม ซึ่งจะช่วยให้เรามีกำลังใจที่จะจดจ่ออ่านจนจบ แล้วค่อยๆ เพิ่มขนาดของเนื้อหาให้เป็นเรื่องที่มีเนื้อหามากขึ้นเรื่อยๆ ตามความสนใจในแต่ละช่วงวัยและช่วงเวลา

ตั้งเป้าอ่านหนังสือที่ตั้งใจ

พ่อแม่ควรทำท่ายและสอนให้ลูกเรียนรู้จักการตั้งเป้าที่จะอ่าน โดยจดรายการหนังสือที่เราตั้งใจอ่าน และกำหนดช่วงเวลาที่จะอ่าน ทั้งในเชิงคุณภาพและปริมาณ เช่น ภายใน 1 ปี จะอ่านหนังสือกี่เล่ม ภายใน 1 เดือนจะอ่านกี่เล่ม ภายในหนึ่งวันควรอ่านได้กี่หน้า และคาดหวังว่าจะได้อะไรจากการอ่าน

ตั้งใจจะนำสิ่งที่อ่านไปทำอะไร ซึ่งอาจประเมินอย่างคร่าวๆ จากหนังสือแต่ละเล่มก่อนที่จะลงมืออ่าน

เพื่อสร้างแรงกระตุ้นให้เกิดความภาคภูมิใจเมื่อไปถึงเป้าหมายที่ตั้งใจไว้

ตั้งเวลาอ่านจะจริงจังทุกวัน

กล่าวกันว่า หากต้องการเปลี่ยนนิสัย ให้ลองเปลี่ยนพฤติกรรมหรือวิถีชีวิตประจำวัน จากความเคยชินเดิมๆ ให้อดทนทำพฤติกรรมใหม่ หากทำได้ติดต่อกัน 45 วัน จะกลายเป็นนิสัย การสร้างนิสัยรักการอ่านก็เช่นกัน การกำหนดเวลาอย่างเฉพาะเจาะจงในการอ่านหนังสือ จะช่วยให้เรามีระเบียบวินัยในการอ่านมากขึ้น ดังนั้นเราจึงควรตั้งเวลาที่สามารถอ่านหนังสือได้เอาไว้ เช่น ตั้งเป้าว่าจะอ่านหนังสือวันละ 1 ชั่วโมง โดยอาจแบ่งเป็นช่วงๆ อาทิ 15 นาทีก่อนรับประทานอาหารเช้า 15 นาทีหลังอาหารกลางวัน และครึ่งชั่วโมงก่อนนอน เป็นต้น และทำตามนั้นให้ได้

ในอดีตมีเรื่องเล่าว่า วุฒิสมาชิกแห่งสหรัฐอเมริกาท่านหนึ่งเป็นผู้ที่ได้รับการยกย่องในความรอบรู้และความเข้าใจ ครั้งหนึ่งมีคนถามเขาว่าทำไมเขาซึ่งเป็นคนที่ไม่ได้รับการศึกษาในมหาวิทยาลัยมากนัก แต่มีความรอบรู้ในเรื่องทางการเมืองทั้งในประเทศและต่างประเทศมากเช่นนี้ เขาเรียนรู้สิ่งเหล่านั้นมาจากไหน

คำตอบของเขาสะท้อนให้เห็นคุณค่าของการอ่านอย่างชัดเจนว่า “ผมสร้างกฎไว้ตั้งแต่อายุ 18 ปีว่า ผมจะอ่านหนังสือทุกวัน วันละ 2 ชั่วโมง เพื่อว่าในทุกๆ วัน ใน 24 ชั่วโมง จะมี 2 ชั่วโมง ที่ผมจะนั่งลงและใคร่ครวญอ่านหนังสือ ไม่ว่าจะเป็นในรถไฟ ในโรงแรม ในห้องพัก ผมอ่านทั้งนิยายสาร ขาวต่างๆ ชาวสารเกี่ยวกับการเมือง หนังสือดีๆ และวรรณกรรมต่างๆ”

เขายังพูดต่ออีกว่า “ลงสิ หนุ่มๆ ทั้งหลาย แล้วเราก็จะเป็นคนแห่งการเรียนรู้” การพิสูจน์ว่า เราจะเป็นคนแห่งการเรียนรู้ตามที่เขากล่าวจริงหรือไม่ ให้เราลองรับคำท้าของเขาดู ในส่วนตัวผม พิสูจน์แล้วว่า เป็นจริง!



ในกระเป๋าดินทางและในรถของผม ผมจะติดหนังสือที่อยากอ่านไว้อย่างน้อย 2 เล่มไว้เสมอ ในที่สามารถหยิบออกมาอ่านได้อย่างสะดวก และจะอ่านทันทีที่มีโอกาส ในเวลาที่ไม่ได้ใคร่ครวญแล้ว เช่น เวลานั้นเครื่องบิน ระหว่างรอคนที่ขึ้นได้ คำแนะนำคือ เราต้องบอกกับตัวเองว่าอย่าปล่อยให้เสียไปเปล่าๆ วางมือใด อ่านหนังสือเมื่อนั้น พ่อแม่จึงควรแนะนำให้ลูกพกพาหนังสือไปทุกที่เพื่อจะมีโอกาสอ่านได้เสมอ อ่านในขณะที่กำลังรอรถโดยสาร ระหว่างรอรถ นั่งในรถ ระหว่างเดินทางมาทำงาน และเดินทางกลับบ้าน อ่านช่วงพัก อ่านขณะรอเวลาคนมาตามนัด อ่านในห้องน้ำ เป็นต้น

ดังเช่น ฮันส์ คริสเตียน แอนเดอร์สัน นักแต่งนิทานระดับโลก เจ้าของนิทานอมตะหลายเรื่อง ไม่ว่าจะเป็น นิทานเรื่อง ลูกเป็ดขี้เหร่ เงือกน้อย เด็กหญิงชายไม้ขีดไฟ ฯลฯ ความสำเร็จของเขาเกิดจากการพ่อของเขามีส่วนอย่างมากในการบ่มเพาะให้เขามีนิสัยรักการอ่าน ด้วยการอ่านหนังสือของนักเขียนชาวเดนมาร์กและชาวต่างประเทศให้ลูกฟังเสมอ ทำให้แอนเดอร์สันมีนิสัยรักการอ่าน เป็นคนเฉลียวฉลาดมาตั้งแต่เด็ก แม้ว่าพ่อจะเสียชีวิตตั้งแต่เขายังเด็ก และทางบ้านประสบปัญหาด้านเศรษฐกิจ แต่เขายังชวนขายหาหนังสือมาอ่านอยู่เสมอ

และส่งผลให้เกิดจินตนาการสร้างสรรค์งานเขียนออกมามากมาย

หลีกเลี่ยงเวลาที่ไม่ควรอ่าน

การอ่านหนังสือบางประเภทอาจจำเป็นต้องใช้สมาธิ ต้องอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม รวมทั้งสภาพร่างกายที่จิตใจที่พร้อมจะอ่านหนังสือด้วย ดังนั้น หากเราอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม เช่น มีความวุ่นวาย อึกทึกครึกโครม เสียงดัง หรืออยู่ในภาวะอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เช่น หงุดหงิด ง่วงนอน มีเรื่องกังวลใจให้ต้องครุ่นคิด ฯลฯ ภาวะเช่นนี้อาจทำให้ไม่มีสมาธิในการอ่าน แม้จะอ่านแต่ก็อาจไม่เข้าใจ ทำให้การอ่านไม่ประสบความสำเร็จ และอาจส่งผลให้เกิดความเบื่อหน่ายไม่อยากอ่านอีกต่อไป และทำให้ไม่ชอบอ่านในที่สุด

ดังนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงช่วงเวลาและสภาพแวดล้อมที่ประหม่นแล้วว่า ไม่มีประสิทธิภาพในการอ่าน เพื่อให้เราสามารถอ่านได้อย่างมีความสุขและเข้าใจในเนื้อหาที่อ่านได้มากที่สุด การอ่านหนังสือเป็น ไม่ใช่เพียงการได้อ่านเท่านั้น แต่เป็นการอ่านอย่างมีการวางแผน อย่างมีความเข้าใจ และเป็นการอ่านอย่างมีประสิทธิภาพ โดยพ่อแม่เป็นครูคนสำคัญในการช่วยเหลือลูก ด้วยความอดทน พากเพียรพยายาม จนสามารถสร้างลูกให้เป็นนักอ่านที่มีคุณภาพคับแก้วได้ในที่สุด

ศ.ดร.เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์

นักวิชาการอาวุโส มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด

ประธานสถาบันอนาคตศึกษาเพื่อการพัฒนา (IFD)

kriengsak@kriengsak.com, [http:// www.kriengsak.com](http://www.kriengsak.com)