

Beck kompakt

Schneller lesen

Effizienter arbeiten durch Speed Reading

von
Jens Seiler

Jens Seiler, geb. 1966, arbeitet als Gedächtnistrainer. Mit seiner Bühnenshow war er bisher in 27 Ländern, darunter auf dem Weltwirtschaftsgipfel in Davos, sowie in verschiedenen Fernsehsendungen, darunter der RTL Samstagabendshow Unglaublich, zu Gast. In der Reihe Beck Kompakt sind von ihm erschienen: Gedächtnistraining (2009) und Schneller lesen (2009). (Stand: Dezember 2010)

1. Auflage

Schneller lesen – Seiler

schnell und portofrei erhältlich bei beck-shop.de DIE FACHBUCHHANDLUNG

Thematische Gliederung:

[Beck kompakt](http://beck-kompakt.de)



Verlag C.H. Beck München 2009

Verlag C.H. Beck im Internet:

www.beck.de

ISBN 978 3 406 59362 8

Inhalt

Warum soll ich schneller lesen?	5
Warum wir so lesen, wie wir lesen	7
Wie schnell ist schnell?	9
Einstiegstest: Wie schnell lesen Sie?	13
Lesen, wie wir es gelernt haben	18
Lesen wie in der Schule	18
Lesefehler 1: Zurückspringen im Text	19
Lesefehler 2: Zu viele Fixierungen	24
Lesefehler 3: Unterschwelliges Mitsprechen des Textes	33
Wörter sind Symbole	41
Verständnistest 1: Wie viel haben Sie verstanden?	43
Weitere Lesefehler und was man dagegen tun kann	52
Die Umgebung muss stimmen	59
Verständnistest 2: Wie viel haben Sie verstanden?	62
Visuelle Lesehilfen – pro oder contra?	72
Welchen Nutzen bringt eine Lesehilfe?	72
Die Zwei-Zeilen-Methode	74
Mehrere Zeilen auf einen Schlag	74
Versuchen Sie es doch mal rückwärts	75
Verständnistest 3: Wie viel haben Sie verstanden?	77



Mit diesen Techniken lesen Sie noch schneller	86
Was zählt, ist der erste Überblick	86
Texte überfliegen	89
Paragraphing – das Absatzlesen	97
Scanning – das Filtern	99
Quer- oder diagonal, Hauptsache schnell	102
Sinnerfassendes Lesen – Skimming	103
PhotoReading – Das mentale Lesen	105
Wie liest man was am besten?	106
Zeitungen und Zeitschriften	107
Lesen am Computerbildschirm	108
Fachbücher lesen leicht gemacht	109
Augentraining – Erholung für die Augen	112
Der Abschlusstest	117
Ausblick	125
Meine Testergebnisse	126
Literaturverzeichnis	127



Warum soll ich schneller lesen?

Im 15. Jahrhundert breitete sich der Buchdruck in ganz Europa aus. Ab sofort konnte sich jeder, der des Lesens mächtig war, Informationen schnell aneignen. Kaum eine andere Erfindung wurde so schnell von der Bevölkerung angenommen. Gleichzeitig begann auch der Drang des Einzelnen, sein Wissen der breiten Bevölkerung weiterzugeben. Der nächste große Boom der Wissens- und Informationsverbreitung folgte mit der Entwicklung des Internets.

Heute ist es nahezu unmöglich, diese ungeheure Informationsflut zu bewältigen. Gleichzeitig kann es sich aber auch niemand mehr leisten, wichtige Informationen zu ignorieren. Doch wie finde ich heraus, was wichtig ist und was nicht? In welchem Text steht die Information, die ich jetzt gerade benötige? Die Anforderungen an die Datenmenge, die jeder Einzelne im Kopf haben sollte, sind beträchtlich gestiegen. In vielen Berufszweigen gehört Lesen zum Alltag, oftmals nimmt das Lesen sogar bis zu zwei Stunden täglich in Anspruch.

Praxistipp

Wenn Sie täglich am Arbeitsplatz zwei Stunden lesen, können Sie durch schnelleres Lesen einen kompletten Arbeitsmonat pro Jahr einsparen.

Aber auch für Schüler, Studenten und Privatpersonen lohnt sich das Aneignen der Schnellesetechniken. Das Lesen – und damit auch das Lernen – nimmt weniger Zeit in Anspruch. Und durch schnelleres Lesen benötigen Sie nur



einen Bruchteil der Zeit, die Sie ohne diese Techniken zum Lernen aufbringen müssten.

Praxistipp

Eine Verbesserung der Lesegeschwindigkeit bedeutet eine Verbesserung der Lerntechnik. Doch Achtung: Das Erlernen der Schnellesetechniken bedeutet hartes Training. Sie werden jedoch schnell merken, dass Sie nach den Übungen wesentlich entspannter lesen werden. Mehr Freude am Lesen ist damit garantiert.

In diesem Buch lernen Sie alle wichtigen Techniken kennen, mit denen Sie Ihre Lesegeschwindigkeit erheblich verbessern können. Wahrscheinlich werden Sie am Ende des Trainings mindestens doppelt, wenn nicht gar dreimal so schnell lesen wie bisher.

So ganz nebenbei erhöht sich mit dem Erlernen der einzelnen Methoden auch Ihre Konzentrationskraft. Ebenso wird das Verständnis komplexer Texte trainiert: Nach den Übungen werden Sie die wichtigsten Aussagen eines Textes schneller erfassen als bisher. Schließlich wird sich Ihre Allgemeinbildung verbessern, da Sie infolge viel mehr lesen werden – und dabei auch noch Zeit sparen.

Achtung

Erstaunlicherweise sind die meisten Leser mit ihren bisherigen Lesefähigkeiten zufrieden. Allerdings wissen viele auch nicht, dass die antrainierten Lesegewohnheiten das Textverständnis behindern.

