

Mecklenburg-Vorpommern



Erste Erfolgserlebnisse nach einem halben Tag: Seminarteilnehmer Annett Kleinke, Torge Bickert, Toni Keller (von links) FOTO: SULA

450 Wörter in einer Minute

In einem Seminar lernen die Teilnehmer, effizienter zu lesen / Doppelte Geschwindigkeit mit richtiger Technik

SCHWERIN Sie wollen ihr Lesetempo verdoppeln, Zeit sparen, Konzentration, Merkfähigkeit und Textverständnis verbessern. Die sechs Teilnehmer des Seminars „Effizient lesen“ lauschen gebannt den Anweisungen von Lesetrainerin Susanne Steinborn. In nur zwei Tagen will sie ihren Schüler beibringen, mindestens 400 Wörter pro Minute zu lesen. „Der Durchschnittsbürger schafft ungefähr 200 Wörter“, sagt Steinborn.

Fünf Zivildienstleistende und eine Sekretärin haben bereits drei Stunden Theorie hinter sich, jetzt geht es an die praktischen Übungen. Vor ihnen liegt ein Buch von Jack London, daneben ein sogenannter Rate Controller. Leseschülerin Annett Kleinke legt das Gerät auf das Buch, ein Balken fährt von oben nach unten über die Seite, die Laufgeschwindigkeit lässt sich einstellen. „Das Gerät sorgt dafür, dass die Leser im Text nicht zurückspringen“, erklärt Steinborn. „Der Normalleser springt von einem Wort zum nächsten, das kostet Zeit.“ Die richtige Blickbewegung soll so trainiert werden. Das Zauberwort heißt „Chunken“: „Chunken“ bedeute, mehrere Wörter gleichzeitig aufzunehmen (engl. chunk = großer Brocken). Der Regler des Rate Controllers von Schülerin Kleinke ist auf 450 Wörter pro Minute eingestellt und rast förmlich über die Seite. Den anderen Teilnehmern geht es ähnlich, mit dem „erweiterten Sehfokus“, von dem Steinborn spricht, scheint es noch nicht so richtig zu klap-
pen.

„Die richtige Blickbewegung muss automatisch erfolgen“, so Steinborn. Dafür erklärt sie eine einfache Übung. Die Schüler sollen die Textseite in drei Teile teilen. Mit der entsprechenden Spanne zwischen Daumen und Zeigefinger Zeile für Zeile in jeweils drei Sprüngen ab-

arbeiten und dabei mit den Augen mit-springen. Konzentriert beugen sich die Leseschüler über ihre Bücher und üben die Blickbewegung im Dreisprung. „Das geht ziemlich schnell“, sagt Torge Bickert überrascht. „Ich habe aber nicht mitbekommen, was ich da eigentlich gelesen habe.“ Darum gehe es anfangs auch gar nicht, beruhigt die Trainerin. Dem Verständnistest müssen sich die Schüler erst stellen, wenn sie die Grundlagen beherrschen.

Erst die Augen schulen, dann das Gehirn

Sekretärin Kleinke legt erneut den Rate Controller auf die Buchseite. Und siehe da: sie schafft es, Zeile für Zeile zu lesen. Der motorisierte Balken treibt ihre Augen mit großer Geschwindigkeit durch die Zeilen und verhindert, dass der Blick zurückspringt, „das kostet zu viel Zeit“ betont Steinborn. 450 Wörter pro Minute – Verständnis hin oder her – diese Hürde haben die Schüler immerhin nach einem halben Tag Unterricht genommen. Nach der Augenübung muss daran gefeilt werden, den Text auch inhaltlich zu erfassen.

Die Schüler sitzen vor einer Seite in ihrem Arbeitsbuch, die sie mit vier Spalten à 25 Wörter konfrontiert. Sie sollen das entsprechende Synonym zu dem ersten Wort finden – möglichst schnell versteht sich, 60 Sekunden haben sie für die Übung Zeit. Kleinke zückt den Bleistift und legt los. Meer - Fische - Ozean - Strand in der ersten Zeile, sie unterstreicht „Ozean“ und arbeitet sich durch die restlichen 24 Zeilen. Am Schluss folgt der obligatorische Blick auf die Uhr. Geschafft, noch unter einer Minute. Die Sekretärin hat den Kurs belegt, um effektiver zu arbeiten. „Ich muss täglich stapelweise Unterlagen

und Berichte sichten, das muss schnell gehen, damit ich meine anderen Aufgaben noch schaffe.“ Außerdem freut sie sich darauf, ihre Freizeitlektüre in doppelter Geschwindigkeit zu verschlingen. Zivi Bickert bereitet sich wie seine vier männlichen Mitstreiter auf das anstehende Studium vor. „Mir wurde schon prophezeit, dass ich da sehr viel lesen muss“, er hat sich für Lehramt Deutsch und Geschichte eingeschrieben. Auch beim Korrekturlesen erhofft er sich dadurch Zeitersparnis. Romane oder Gedichte möchte er aber weiterhin „in Ruhe“ lesen. Die Technik sei nicht immer angebracht, „die Muse soll ja nicht zu kurz kommen“, sagt auch Trainerin Steinborn.

Susanne Lang

HINTERGRUND: EFFIZIENT LESEN

Bei einer durchschnittlichen Lesegeschwindigkeit von 200 Wörtern pro Minute wird das menschliche Gehirn nur zu 25 Prozent ausgelastet. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass mit der Lesegeschwindigkeit auch die Konzentration steigt: Das Gehirn wird schneller mit Informationen versorgt, die Gedanken schweifen nicht ab, das Textverständnis steigt. In dem zweitägigen Grundlagenseminar sollen die Teilnehmer in verschiedenen praktischen Übungen lernen, die drei häufigsten Lesefehler abulegen: Wort-für-Wort-Lesen, Mentales Mitsprechen und Zurückspringen im Text. Auch Menschen mit Leseschwäche profitieren von der Methode. Regelmäßiges Üben im Alltag ist allerdings notwendig, um die verbesserte Lesetechnik zu verinnerlichen und so automatisch anwenden zu können. Effizienteres Lesen ist für alle interessant, die eine große Menge schriftlicher Informationen zügig erfassen müssen. Auf folgender Webseite können Sie Ihre persönliche Lesegeschwindigkeit testen: www.improved-reading.de/effizienter-lesen/jetzt-online-lesegeschwindigkeit-testen/