

Die Geheimnisse des Speed Readings

06.03.2009, 14:02 | Wissenschaft, Forschung, Bildung

Pressemitteilung von: *Learn Smart Verlag GmbH*

Jeder Mensch kann – mit der richtigen Technik - mindestens doppelt so schnell lesen und dabei auch noch seine Aufmerksamkeit steigern. Das durchschnittliche Lesetempo liegt bei rund 160 bis 170 Worten pro Minute (wpm). Speed Reader lesen 800 bis 1.000 Worte pro Minute (wpm) und mehr. Eine neue Dimension des Wissenserwerbs eröffnet sich durch diese Technik für jeden Vielleser.

98% der Erwachsenen lesen wie Grundschulkindern!

Beinahe jeder Erwachsene macht die typischen Lesefehler, die auch bei Grundschulkindern zu finden sind.

Mangelnde Konzentration

Wahrscheinlich kennen Sie diese Situation: Sie lesen einen Text und stellen nach einiger Zeit fest, dass Sie die Inhalte der letzten Seiten nicht wiedergeben können, weil Ihre Gedanken ganz wo anders waren. Vielleicht haben Sie darüber nachgedacht, ob Sie das Bügeleisen ausgeschaltet haben, ob Sie die Präsentation für nächste Woche noch abändern sollten, ob Sie die Prüfung am Dienstag schaffen werden, etc.

Gelegentlich haben Sie das Gefühl, dass es Ihnen einfach nicht gelingt will, den Text mit der notwendigen Konzentration und Aufmerksamkeit zu erfassen. Das unkonzentrierte Lesen ist dadurch bedingt, dass unser Gehirn beim herkömmlichen Lesen, wie wir es in der Grundschule gelernt haben, nur zu 25 % ausgelastet ist. Die restlichen 75% liegen brach. Das Gehirn ist durch das Lesen gelangweilt und sucht parallel nach einer interessanteren Beschäftigung. Ablenkung und geringe Wiedergabefähigkeit sind die Folge.

Die Regression

Ein weiterer typischer Lesefehler ist das Zurückspringen im Text. Die so genannte Regression lässt Sie Sätze, Wortgruppen oder gar Absätze mehrfach lesen. Sie lässt Sie unkonzentriert und unkoordiniert über den Text schweifen. Das Mehrfachlesen kostet Zeit, senkt die Konzentration und führt nicht selten zum Lesefrust.

Ihre „innere Stimme“

Ist Ihnen schon aufgefallen, dass Sie Texte im Kopf leise mitsprechen? Kennen Sie das: ihre „innere Stimme“ liest Ihnen den Text Wort für Wort und Zeile für Zeile vor. Achten Sie in den nächsten Minuten darauf! Über 98% aller Erwachsenen hören die innere Stimme beim Lesen.

Vielleicht fragen Sie sich, warum die innere Stimme als Lesefehler einzustufen ist. Nun die Antwort ist einfach: das durchschnittliche Sprechtempo liegt zwischen 120 und 300 Worten. Wenn Sie den Text beim Lesen mitsprechen, sind Sie stets auf ein Lesetempo, das im Bereich des Sprechtempos liegt, limitiert. Sie werden nie schneller lesen können, als Sie mitsprechen können.

Im Rahmen einer Studie für ein Buchprojekt („Speed Reading for Kids“ erschienen im Learn Smart Verlag) stellte ich fest, dass das durchschnittliche Lesetempo der Testklasse (eine Schulklasse im 24 Schülern im Alter von 12 Jahren) bei 164 Worten pro Minute (wpm) lag. Ich berechnete den Durchschnittswert mehrfach, weil ich das Ergebnis zuerst nicht wahr haben wollte. Mit dem Wissen im Hinterkopf, dass die durchschnittlichen Einstiegswerte bei den Speed Reading Seminaren für Erwachsene im Bereich von 160 bis 170 Worten pro Minute liegen, erscheint mir der Wert zunächst zu hoch. Mittlerweile weiß ich, dass viele Erwachsene, ganz egal welcher Bildungsschicht sie angehören und wie viel oder wie wenig sie lesen, exakt dieselben Lesefehler machen wie Kinder. Sie haben das Leseverhalten aus der Grundschule beibehalten und ins Erwachsenenalter mitgenommen.

Die Kinder der oben erwähnten Schulklasse lesen mittlerweile – bei gutem Verständnis - in einem Tempobereich von 600 bis 800 Worten pro Minute (wpm). Sie lesen damit rund viermal so schnell wie die erwachsene Bildungsoberschicht. Diesen Vorsprung werden die Kinder ihr ganzes Leben über behalten. Mit dem schnellen Lesen ist es nämlich wie mit dem Radfahren: Wenn Sie es einmal erlernt haben, werden Sie es immer beherrschen.

Die vier Geheimnisse der schnellen Leser

Alleine durch das Korrigieren der Lesefehler ist es möglich, das Lesetempo zu verdoppeln. Der Weg zum Speed Reader ist einfach:

1.) Verwenden Sie zum Lesen eine Zeigehilfe. Es ist dabei ganz egal, ob Sie mit einem Stift oder mit dem Finger beim Lesen mitzeigen. Achten Sie darauf, dass Ihre Zeigehilfe und Ihre Augen stets im Einklang sind. Sobald Sie feststellen, dass Ihre Augen an einer Textstelle „hängen bleiben“, korrigieren Sie diesen Lesefehler. Sie werden feststellen, dass Sie den Stift beim Lesen bald als angenehm empfinden. Sollten Sie Bedenken haben, weil Sie sich vielleicht noch an die eigene Schulzeit und die Aussage „Das Lesen mit dem Finger ist verboten!“ erinnern, kann ich Sie beruhigen: In unseren Speed Reading Seminaren ist noch nie irgendwer durch das Lesen mit Zeigehilfe langsamer, unsicherer oder gar schlechter geworden. Probieren Sie es aus!

2.) Fragen Sie sich stets, bevor Sie einen Text lesen, warum Sie ihn lesen und welche Informationen Sie gewinnen wollen. Werden Sie sich bezüglich Sinn und Motivation bewusst und erhöhen Sie so Ihre Konzentration.

3.) Langsame Leser erfassen mit einem Blick oft nur ein Wort. Sie springen von Wort zu Wort. Oft bleiben sie lange an einzelnen Textstellen hängen und nehmen dabei dennoch nur wenige Inhalte auf. Trainieren Sie Ihre Blickspanne! Erfassen Sie beim Lesen in Zukunft Wortgruppen anstatt einzelner Worte.

4.) Die innere Stimme lässt sich nicht bewusst „wegtrainieren“. Sie ist der Lesefehler, der Ihnen wahrscheinlich am längsten erhalten bleiben wird. Der beste Weg um sie abzustellen, ist das Lesen auf einem Tempo, das über Ihrem Sprechtempo liegt. Sie werden feststellen, dass Sie die innere Stimme ab 400 Worten pro Minute (wpm) mit der Zeit immer seltener hören werden.

Alleine durch das Befolgen dieser vier Tipps werden Sie sehr gute Fortschritte beim Lesen feststellen. Wahrscheinlich können Sie Ihr Lesetempo mindestens verdoppeln. Wenn Sie in die Dimension der Leser, die 800 bis 1.000 Worte pro Minute (wpm) bewältigen können, vorstoßen wollen, empfehle ich Ihnen das Buch: Professional Speed Reading Training (Learn Smart Verlag GmbH). Es basiert auf unserem Seminarprogramm und enthält sehr exakte Trainingspläne. Das Buch „Speed Reading for Kids“ enthält einen Trainingsplan für 21 Tage und ist für Kinder im Alter von 8 bis 14 Jahren geeignet. Es ist ebenfalls im Learn Smart Verlag erschienen.

Portrait

Der Mensch behält etwa 20 % dessen was er hört, etwa 30% dessen was er sieht, etwa 70% dessen worüber er spricht und 90% dessen was er tut! Wir müssen Dinge tun, um sie zu begreifen, um ihre Relevanz zu erleben, um sie umsetzen zu können und um von ihnen zu profitieren. Aus diesem Grund finden Sie bei uns stets nur erfahrungs-, erlebnis- und handlungsorientierte Seminare. Wir bieten Ihnen topaktuelles Wissen, das auf ausgereiften und pädagogisch durchdachten Konzepten basiert.

Wir wollen Sie beim Entdecken Ihrer Potentiale begleiten und beim Lösen von Herausforderungen unterstützen. Wir

wollen Sie begeistern und zwar nicht mit dem was wir können, sondern mit dem was in Ihnen steckt.

News-ID: 288744 • Views: 1393 (Stand: 01.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/288744/Die-Geheimnisse-des-Speed-Readings.html>