

Improved Reading - Seminarbericht

Mit dem nebenstehenden Logo werben die *Improved Reading Centres* (<http://www.improved-reading.de/>) weltweit für ihre Seminarmethode, mit der sich die Lesegeschwindigkeit "im Durchschnitt um den Faktor 3,6" steigern lassen soll. Am Logo sieht man bereits den Namen des Seminars angedeutet: Einige Buchstaben verschwinden, die Bezeichnung "Pro Read" bleibt übrig.



Die Methode der *Pro Read*-Seminare wurde vor über 30 Jahren in Australien entwickelt, nämlich vom Wirtschaftspsychologen Dr. Stan Rodgers. Rodgers erkannte, daß wir in der Grundschule zwar Grundfertigkeiten des Lesens erlernen, später aber kein für Erwachsene angemessenes weiteres Training stattfindet. Die meisten Menschen lesen also auf Grundschulniveau und lassen die Möglichkeiten des gereiften, erwachsenen Gehirns ungenutzt.

Die häufigsten Lesefehler

Ziel des *Pro Read*-Trainings ist, sich die häufigsten Lesefehler bewußt zu machen und aus den eigenen Lesegewohnheiten zu verbannen. Diese Lesefehler sind:

- **Subvokalisieren** - das lautlose Mitsprechen der gelesenen Wörter. Dieses Verhalten mag im Lernprozeß hilfreich sein, begrenzt später aber die Lesegeschwindigkeit auf die Sprechgeschwindigkeit. Diese in der Regel unerwünschte Verhaltensweise wird durch das Training nicht vollständig verschwinden, aber deutlich reduziert.
- **Regression** - das Zurückspringen im Text. Dieses Verhalten kann bewußt oder unbewußt auftreten. In jedem Fall aber begrenzt die Regression die Lesegeschwindigkeit und kann auch das Textverständnis vermindern.
- Mangelhafte **Fixierung** - damit bezeichnet man ungeeignete Augenbewegungen beim Überfahren des Texts. Um schneller lesen zu können kommt es darauf an, das Auge an möglichst wenigen Punkten innerhalb einer Zeile anhalten zu lassen und dort mehrere Wörter auf einmal zu erfassen.

Gezielte Übungen schaffen beim *Pro Read*-Training die Voraussetzung, um diese Lesefehler zu reduzieren - und damit eine höhere Lesegeschwindigkeit zu erreichen.

Das Training

Das Seminar beginnt mit einer Bestandsaufnahme. Mit einem kurzen Lese- und Verständnistest wird ermittelt, wieviele Wörter pro Minute (WpM) jeder einzelne Teilnehmer in seinem gewohnten Lesetempo schafft. Kontrollfragen zum Text ermitteln dann das prozentuale Textverständnis, aus beiden Werten ermittelt man dann die effektive Lesegeschwindigkeit (Effective Reading Rate, ERR). Dieser Test dient zum einen als Vorher/Nachher-Vergleich, zum anderen als Grundlage für die einzelnen Übungsschritte.

Der Rest des Kurses läuft in Blöcken zu eineinhalb Stunden ab, die im wesentlichen gleich strukturiert sind. Zunächst gibt es ein wenig Theorie, dann folgt eine Übungsphase. Zunächst werden verschiedene Übungen gemacht, um die Augenbewegung zu verbessern. Diese Übungen finden mit Zeitmessung statt, um während des weiteren Seminarverlaufs zu

sehen, ob man sich verbessert.



Ein wichtiges Element jeder Übungsphase ist eine Leseübung mit dem sogenannten *Rate Controller*. Dieses nebenstehend abgebildete Gerät besteht aus einer durchsichtigen Kunststoffscheibe, unter die ein Buch gelegt werden kann, und einem beweglichen Kunststoffschieber, der in einer voreingestellten Geschwindigkeit von oben nach unten läuft. Die Aufgabe ist, unterhalb des Schiebers zu lesen. Durch das stetige Fortschreiten des Schiebers hat man keine Chance, wenn das Auge zurückspringen möchte. Man *muß* kontinuierlich weiterlesen. Anfangs ist es normal, daß man bei diesem Übungsteil den Eindruck hat, vom Text

nichts mitzubekommen. Mit der Zeit aber gewöhnt sich das Gehirn an die neue Situation, verzichtet auf den Wunsch im Text zurückzuspringen, und nimmt kontinuierlich den Text auf.

Die Geschwindigkeit des Read Controllers wird vom Kursleiter eingestellt - und zwar anhand der Leseleistung, die in der jeweils vorangegangenen Übung ermittelt wurde. Da kann es schon mal sein, daß man aufgefordert wird, doppelt so schnell wie gewohnt zu lesen. An dieser Stelle darf man sich nicht abschrecken lassen: Das Gehirn soll mit der höheren Geschwindigkeit gezielt angetrieben werden. Der Seminarleiter wird an dieser Stelle im Seminar nicht müde, den Teilnehmern Mut und Selbstvertrauen zuzusprechen.

Um für die nachfolgende Übung mit dem Read Controller einen neuen Geschwindigkeitswert zu ermitteln, wird am Ende jeder Übungsphase wieder ein Lese- und Verständnistest durchgeführt und damit wiederum Geschwindigkeit, Verständnis und effektive Leserate (ERR) ermittelt. Anhand dieser Werte kann man auch während des Seminars den eigenen Fortschritt beobachten.

Seminarmaterial

Außer dem Read Controller steht jedem Teilnehmer noch ein Übungsbuch, ein Arbeitsbuch, ein Protokollbogen und eine Auswahl von Büchern und Zeitschriften zur Verfügung. Das Arbeitsbuch, in dem vor allem die theoretischen Abschnitte festgehalten sind, darf man mit nach Hause nehmen. Im Protokollbogen werden die Ergebnisse der Übungen notiert. Einige Tage nach dem Seminar erhält man ein Zertifikat zugeschickt, in dem die Start- und Endwerte von Lesegeschwindigkeit, Textverständnis und effektiver Leserate sowie der Verbesserungsfaktor eingetragen sind.

Erfolgreich teilgenommen?

Der Begriff "Seminarerfolg" ist bei einem Kurs dieser Art natürlich sehr individuell. Die Referenzliste der Improved Reading Centres liest sich bereits beeindruckend: Dort sind große Firmen wie die Deutsche Bank, Deutsche Telekom, Berliner Bankgesellschaft und Hypovereinsbank sowie der Deutsche Bundestag als Kunden aufgeführt. Entscheidend ist aber, was der einzelne Teilnehmer aus diesem Seminar mitnehmen kann.

Unser Redakteur hat ein normales öffentliches Seminar besucht, bei dem insgesamt 8 Teilnehmer anwesend waren. Die statistische Auswertung der Einzelergebnisse ergab eine durchschnittliche Verbesserung der effektiven Leserate um den Faktor 2,8. Dabei lag die geringste Verbesserung bei einem Faktor von 2,0 (303 WpM bei 80% Textverständnis zu Anfang, 550 WpM bei 90% Textverständnis am Schluß), die größte Verbesserung betrug

4,2 (von 226 WpM bei 50% Textverständnis auf 621 WpM bei 70% Textverständnis). Der beste Teilnehmer erreichte zum Schluß des Kurses eine effektive Leserate von 676 (756 WpM bei 89% Textverständnis).

Die erzielten Ergebnisse sind selbstverständlich abhängig von der Ausgangsleistung und vielen Einzelfaktoren. Daneben ist auch die Zufriedenheit der Teilnehmer mit dem Seminar und die persönliche Einschätzung des erzielten Resultats wichtig.

Alle Teilnehmer äußerten sich zum Schluß des Seminars sehr positiv. Einige waren überrascht von ihrer eigenen Leistung. Ein Teilnehmer sagte, das Seminar habe sein Leben ein Stückweit verändert. Auch nach unserer Auffassung ist das Preis/Leistungsverhältnis des Seminars in Ordnung - zumal man dem Seminarleiter anmerkte, wie wichtig ihm das individuelle Fortkommen jedes einzelnen Teilnehmers war.

Falls Sie selbst an einem *Pro Read*-Seminar teilgenommen haben, würden wir uns freuen, von Ihnen zu hören. Bitte teilen Sie uns mit, wann und wo Sie im Seminar waren, wer der Seminarleiter war und wie Sie mit dem Seminar zufrieden waren. Wenn Sie möchten, dürfen Sie uns auch die Vorher/Nachher-Werte auf Ihrem Zertifikat mitteilen.

Organisatorisches

Die Teilnahme an einem öffentlichen *Pro Read*-Seminar kostet etwas über 400 EUR (Studenten erhalten auf Anfrage einen Preisnachlaß). Das Seminar geht über zwei Tage mit jeweils etwa 6 Stunden Seminar pro Tag. Die öffentlichen Seminare finden regelmäßig in vielen Großstädten in Deutschland statt. Aktuelle Termine sind auf der Webseite von Improved Reading Deutschland (<http://www.improved-reading.de/>) nachzulesen.

Auf Anfrage erhalten Sie bei Improved Reading Deutschland (<http://www.improved-reading.de/>) auch ein Angebot für ein Inhouse-Seminar in Ihrer Firma. Anfragen von Universitäten für Studentenseminare zu einem besonders günstigen Preis sind ebenfalls willkommen.

© 1999-2006 by Uwe Schlenther, Stuttgart. Für dieses Angebot gilt ein Haftungsausschluß.
URL: http://www.lernen-heute.de/lesen_seminar_improved_reading.html, Stand: 24.2.2007