

27.03.2007 15:43 [Logout](#) | [Meine Daten](#) | [Bildschirmschoner](#) | [RSS](#) | [Schlagzeilen](#) | [Startseite](#) | [sued-café](#)

Suche

Finden

**Elternzeit:  
Papa ante  
portas**[Home](#) | [E-Paper](#) | [Immobilienmarkt](#) | [Stellenmarkt](#) | [Motormarkt](#) | [SZ-Mediathek](#) | [Abo & Service](#)[POLITIK](#) | [WIRTSCHAFT](#) | [FINANZEN](#) | [KULTUR](#) | [SPORT](#) | [LEBEN](#) | [KARRIERE](#) | [MÜNCHEN](#) | [PANORAMA](#) | [AUTO](#) | [DIGITAL](#) | [WISSEN](#) | [GESUNDHEIT](#) | [REISE](#)

26.03.2007 12:19 Uhr

[Drucken](#) | [Versenden](#) | [Kontakt](#)[Nachhilfe in ...](#)

## Lesen mit Hochgeschwindigkeit

**240 Seiten in einer Stunde, 1000 Worte pro Minute: Spezielle Techniken helfen, Berge von Unterlagen schneller zu durchforsten.**

Von Ines Alms



Speed-Reading, Photo-Reading, Turbolesen: Viele versuchen im Training ihre Lesebremsen zu überwinden.  
Foto: AP

John F. Kennedy, heißt es, konnte in einer Stunde problemlos ein Buch von 240 Seiten lesen. Und auch Jimmy Carter soll das Schnell-Lesen beherrscht haben. Doch was steckt eigentlich dahinter?

Was dem Ferrari die Pferdestärken, das sind dem Schnell-Leser die Wörter pro Minute (WpM). Der Durchschnittsleser schafft 200 bis 250 WpM, Schnell-Leser kommen locker auf das Vierfache.

Ob für die Seminarvorbereitung oder auf der Suche nach einem bestimmten Forschungsergebnis, ein Bücherberg ist schnell entmutigend. Oft muss der Stoff ja nicht nur gelesen, sondern auch im Kopf behalten werden. Zwei gute Nachrichten: Schneller lesen kann man lernen, und es ist kein Widerspruch, sich das

Ganze auch noch gleichzeitig zu merken.

**» Das Gehirn ist fähig, 800 bis 1000 Wörter pro Minute zu verarbeiten, der Durchschnittsleser lässt drei Viertel dieses Potentials ungenutzt. «**

Wolfgang Schmitz, Geschäftsführer von „Improved Reading Germany“, einem Unternehmen, das sich auf Lesekurse spezialisiert hat, erklärt: „Das Gehirn ist fähig, 800 bis 1000 Wörter pro Minute zu verarbeiten, der Durchschnittsleser lässt drei Viertel dieses Potentials ungenutzt.“ In der übrigen Zeit führt das Gehirn andere Denkprozesse aus, die Gedanken schweifen ab. Mit einer erhöhten Lesegeschwindigkeit muss es sich auf eine Aufgabe konzentrieren. So nimmt man den Text besser auf, Verständnis und Erinnerungsfähigkeit

verbessern sich. Auf diese Weise hält Wolfgang Schmitz eine Verdoppelung oder sogar Verdreifachung der Leseeffizienz für realistisch.

Aber warum lesen wir erst mal so langsam? Experten sind sich einig, dass es drei Lesebremsen gibt, die wir aus der Kindheit ins Erwachsenenleben transferiert haben: das Subvokalisieren, also das stumme, gedankliche Mitsprechen der Worte; das Zurückspringen auf schon gelesene Textstellen, beispielsweise weil man einen Satz nicht verstanden hat; und die Fixierung des Blickes auf einzelne Worte. Natürlich wird man auch langsamer, wenn der eigene Wortschatz für den Text nicht ausreicht, man unkonzentriert ist oder kein Interesse am Gelesenen hat.

Über die Lesebremsen sind sich die Experten also einig. Darüber, wie man denn nun schneller und effektiver lesen lernen kann, allerdings nicht. Zahlreiche Bücher und Software mit Titeln wie „Speed-Reading“, „Photo-Reading“ oder „Turbolesen“ weisen dem Autodidakten unterschiedliche Herangehensweisen an das Thema auf. Auch Lesetrainer an Volkshochschulen und Unternehmen bieten Seminare für effizientes Lesen an. Die Kursinhalte sind im Wesentlichen ähnlich: Sie bestehen aus der Messung der persönlichen Lesegeschwindigkeit, Übungen für den richtigen Umgang mit bremsenden Lesegewohnheiten und einem Augentraining.

Einige Bücher und Kurse versprechen eine Steigerung der Lesegeschwindigkeit auf 10000 WpM oder mehr. Hier liegen Mechanismen zugrunde, die auf dem visuellen Erfassen des Textes beruhen und mit dem „Lesen“ an sich nicht mehr viel zu tun haben. Das ist nur dann sinnvoll, wenn man nach einer speziellen Information sucht. Eine hilfreiche Methode ist hierbei das Querlesen: In unserem Sprachraum verläuft die Leserichtung nach rechts und nach unten. Eine Abkürzung nimmt, wer das Auge diagonal zügig von links oben nach rechts unten über die Seite streifen lässt und dabei interessante Schlüsselwörter herauspicks. Auch so lassen sich Bücherberge bewältigen.