

# Effektiver Lesen

Die schnelle und sinnvolle  
Bearbeitung wissenschaftlicher  
Texte



# Was erwartet Sie?

- Analyse des eigenen Leseverhaltens

Wie lese ich?

Wie möchte/sollte ich lesen?

- das 4-Phasen-Modell

Ablauf des Leseprozesses

Übungen/Training



# Wunsch und Wirklichkeit

➤ So sollte es sein?

➤ So ist es!

*(Will ich das wirklich?)*

Wenn ja,  
**was muss ich verändern,  
bzw. investieren?**

**Ursachen und  
Auswirkungen**



# Das 4-Phasen-Modell

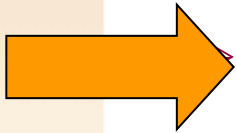
- 1. Vorbereitung**
- 2. Informationsaufnahme**
- 3. Informationsbearbeitung/  
Abspeicherung**
- 4. Transfer**



# 1. Phase :

## Vorbereitung

➤ physiologische Einstimmung



Erhöhung der Vigilanz

*Alpha-Zustand bei  
schnellem Lesen*

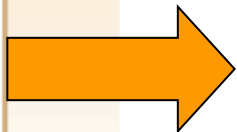
*Beta/Gamma-Zustand  
für langsames Lesen*



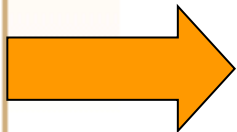
# 1. Phase :

## Vorbereitung

- inhaltliche Einstimmung  
Was will ich wissen? Was weiß ich schon?



Vorwissen aktivieren



Fragestellung entwickeln





# Fragestellungen

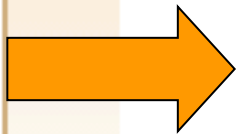
- an Lernziel orientiert
- zum Text passend
- möglichst konkret



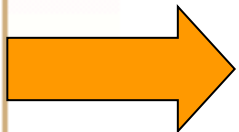
# 1. Phase :

## Vorbereitung

- motivationale Einstimmung  
Warum will/soll ich das lesen?



z.B. für ein Seminar, eine Prüfung,  
eigenes Interesse



Was passiert, wenn ich es  
jetzt nicht lese?

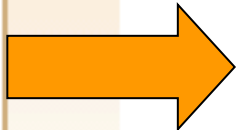




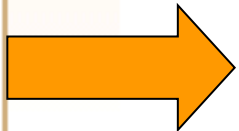
# 1. Phase :

## Vorbereitung

- zeitliche Einstimmung  
Wie lange werde ich das lesen?



Zeitraumen festlegen



Lese geschwindigkeit festlegen



# Wie schnell lesen Sie ?



# Schnelles Lesen

## Pro:

- mehr schaffen!
- schneller Überblick
- mehr Zeit fürs Bearbeiten
- mehr Konzentration
- Augen schonend

## Contra:

- zu flüchtig
- wichtige Informationen werden übersehen



# Langsames Lesen

## Pro:

- hohe Genauigkeit
- besseres Behalten

## Contra:

- Überblick kann verloren gehen
- Konzentration erlahmt leicht
- anstrengend



# Sie entscheiden !

- Art des Textes
- Art der Aufgabe
- verfügbare Zeit



Wer schnell lesen kann,  
kann auch langsam lesen.  
Umgekehrt gilt dies nicht!



# 2. Phase:

## Informationsaufnahme

- an Fragestellung orientieren
- Wechsel von schnell/langsam
- Wichtiges in Stichpunkten notieren oder markieren
- Unklares markieren
- Pausen einplanen



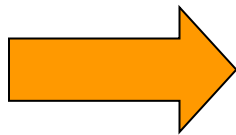


# Was passiert eigentlich beim Lesen ?



# Schneller lesen :

- mehr Worte pro Fixierung
- weniger Fixierungen
- diagonale/vertikale Leserichtung
- zielgerichtetes Lesen
- Denken und Lesen



gehirngerechtes Lesen  
Augen schonendes Lesen  
aktives Lesen!



# Lesen mit beiden Gehirnhälften

## Links:

- Wort für Wort
- logische Zusammenhänge

→ langsam, schwerfällig

## Rechts:

- Überblick
- stützt sich auf Erfahrung

→ wenig zuverlässig

## Lesen mit beiden Gehirnhälften

vergleicht das Gelesene mit dem Erfahrenen

→ leichtes und zuverlässiges Lesen



# Ergänzen Sie den folgenden Satz:

Als der Wanderer erschöpft  
und durstig an der Hütte  
eintraf, verlangte er sofort  
nach einem \_\_\_\_\_  
Wasser.



# Merken Sie sich die folgenden Sätze:

Ein Zweibein saß auf einem Dreibein und aß ein Einbein. Da kam ein Vierbein und schnappte sich das Einbein. Das Zweibein wurde zornig und schleuderte das Dreibein auf das Vierbein.



# Wiederholen Sie die Sätze!





# Wissen festhalten

beim schnellen Lesen:

- Markierungen am Rand
- (z.B.: ? ! !! **Farben**)

beim Nachbereiten:

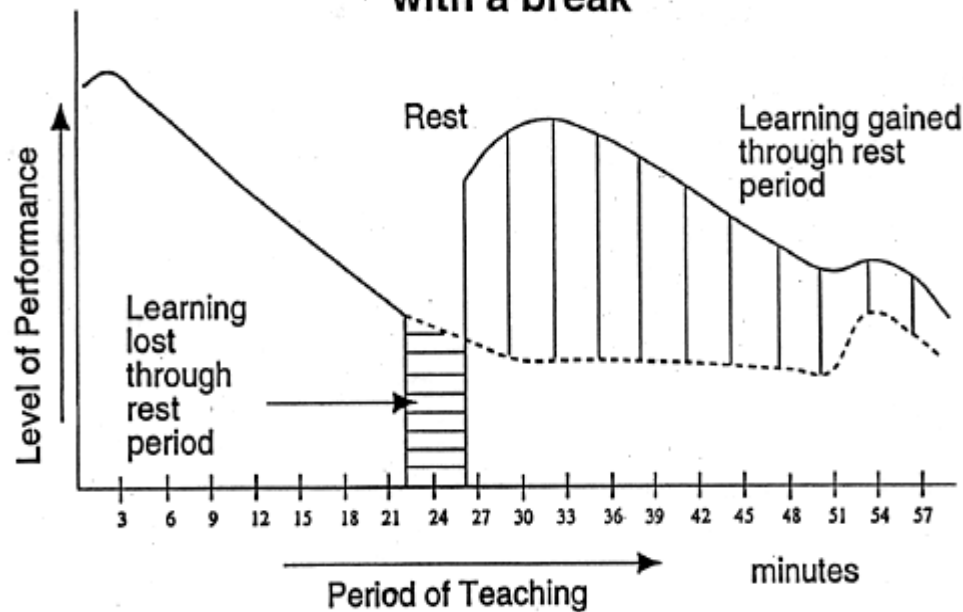
- knappe Zusammenfassung mit eigenen Worten



# Pausen einhalten

durchschnittlich nach circa 30 Minuten

(Hypothesised) pattern of performance during a lecture with a break



Quelle: Bligh, D. (1971): What's the Use of Lectures?

# Pausen einhalten

In Pausen keine  
Beschäftigungen, die neue  
Informationen enthalten!



*(Gefahr der Überlagerung)*



# 3. Phase :

## Informationsbearbeitung/Abspeicherung

- ggfs. nochmaliges Lesen von ausgewählten Testpassagen
- schriftliche Zusammenfassung in eigenen Worten
- Einbettung ins Vorwissen



# Die Macht der Strukturen

## Fautieren:

- a) Ich habe gefautiert.
- b) Ich habe fautiert.



# Logische Strukturen ?

**2 – 4 – 6 - ?**

Welche Zahl folgt ?

a) **7**      b) **8**      c) **12**





2 - 4 - 6 - ?

7 = nächste Zahl ist  
größer

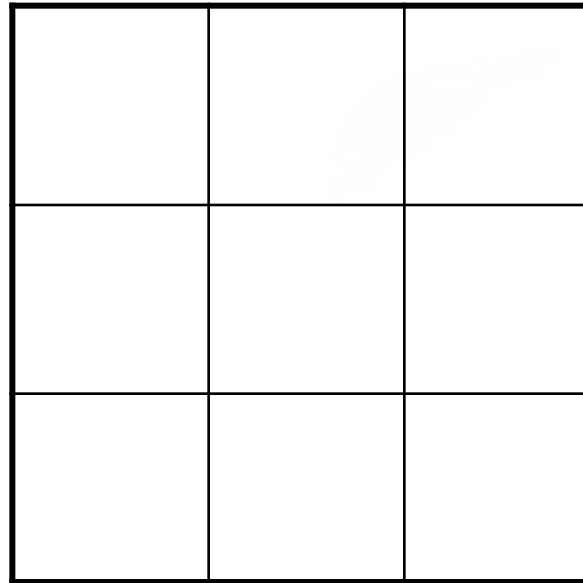
8 = plus 2

12 = Verdopplung,  
danach plus 2



# Laterales Denken

Wie viele Quadrate sehen Sie?



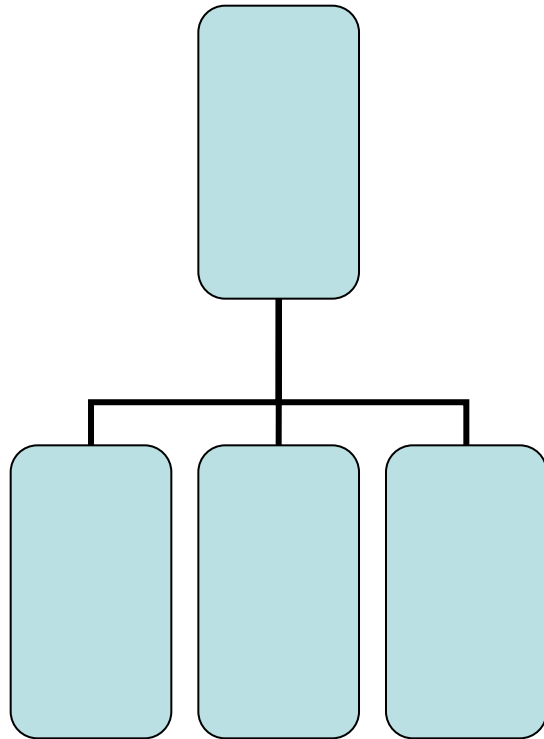
# inhaltliche Struktur

## Grundstruktur:

- Was weiß ich schon?
- Was ist wichtig?
- Was interessiert mich besonders?
- Was gehört zu meinem Thema?



# Lineare Struktur



- Über – und Unterordnungen
- Tabellen
- Gegenüberstellungen, z.B. wichtig - unwichtig



# mindmap

- Thema in der Mitte
- Beschränkung auf Stichworte
- Äste = Hauptpunkte  
Zweige = Unterpunkte



# Arbeiten mit mindmaps

Erstellen Sie ein mindmap

- über ein Thema, an dem Sie gerade arbeiten
- über Ihr Studienfach



# 4. Phase :

## horizontaler Transfer

- Anpassung an Aufgabe  
z.B. Wie präsentiere ich mein Wissen?





# 4. Phase :

## vertikaler Transfer:

### ➤ Was habe ich gelernt?

inhaltlich  
arbeitstechnisch  
persönlich

### ➤ Wo stehe ich jetzt?

aus Fehlern, lernen – auf Erfolge  
aufbauen

Mehr Wissen macht selbstbewusst!

### ➤ Was kommt als Nächstes?



Vielen Dank fürs  
Mitmachen und viel Erfolg  
beim weiteren Lesen!

