

»LESEN IST WIE LAUFEN«

Leseforscher **RALPH RADACH** kann beurteilen, welche Trainingsformen dabei helfen, Texte schneller zu erfassen. Und welche reine Zeitverschwendung sind

INTERVIEW Alexander Riedel

Herr Professor Radach, jeder möchte gerne schneller lesen, doch wie sehr kann man seine Lesegeschwindigkeit überhaupt verbessern?

Ich würde sagen, 50 bis 100 Prozent sind absolut realistisch. Eine solche Steigerung haben wir in einer Untersuchung erreicht, bei der die Teilnehmer in vier Trainingssitzungen ihre individuelle Geschwindigkeit jeweils um 20 Prozent gesteigert haben. Das hat bei fast allen Teilnehmern sehr gut funktioniert. Und es gab keine wesentlichen Einbußen des Leseverständnisses. Es gibt aber auch viele Anbieter, die wesentlich höhere Steigerungen in kurzer Zeit versprechen. Da wird es dann irgendwann unseriös.

Wenn man sich so sehr steigern kann, warum lesen wir dann ohne Training unser Leben lang so langsam?

Die Antwort ist wahrscheinlich ganz einfach: Wir lesen so langsam, weil wir es können. Das ist so wie beim Laufen: Sie können eine Strecke entweder gemütlich oder gehetzt zurücklegen. Wenn Sie wenig Zeit haben, laufen Sie ein bisschen schneller. Und wenn Sie alle Zeit der Welt haben, dann laufen Sie gemütlich. Immer wieder zeigt sich, dass man seine individuelle Leistungsgrenze nur erreicht, indem man sie systematisch austestet und trainiert. Insofern können gut gemachte Speed-Reading-Kurse sehr sinnvoll sein.



RALPH RADACH

ist Professor für Allgemeine und Biologische Psychologie an der Universität Wuppertal. Er forscht unter anderem zu visueller Informationsverarbeitung und Aufmerksamkeit sowie zum Lesen. Außerdem gehört er dem wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Gesellschaft für Schnelllesen an.

Wie kann man denn sinnvoll trainieren?

Es gibt einerseits Übungen, die ich aus wissenschaftlicher Sicht als reine Zeitverschwendung kritisieren würde. Mein klassisches Beispiel ist die Erweiterung der Blickspanne. Sie finden in sehr vielen Schnelllesebüchern Wortpyramiden, wo oben ein kurzes Wort steht und unten mitunter halbe Sätze. Die Aufgabe ist dann, beim Springen von Zeile zu Zeile mit den Augen in der Mitte zu bleiben und seine Blickspanne zu erweitern, also die Spanne, innerhalb derer Sie mit einem Blick mehr und mehr Buchstaben erfassen. Diese Spanne ist aber nicht beliebig erweiterbar. Andererseits gibt es Übungen, die ich für sinnvoll halte: Dabei geht es dann darum, nicht einzelne Wörter zu erfassen, sondern Wortgruppen.

Und warum funktioniert das besser?

Der Unterschied ist, dass die Erweiterung der Blickspanne eine rein visuelle Technik der Buchstabenverarbeitung sein soll. Wenn Sie dagegen sagen, »Leute, lest Wortgruppen«, also kriegt ein Gefühl dafür, dass eine Nominalphrase wie beispielsweise »der große Bus« zusammengehört, dann ist das auf einer höheren Ebene. Das ist eine durchaus vernünftige Verstehensstrategie. Diese haben wir allerdings noch nicht so tiefgründig untersucht, wie man es machen sollte.

In vielen Seminaren und Büchern geht es dennoch zu einem großen Teil um die Blickgeschwindigkeit, die verbessert werden soll, um das Lesetempo zu erhöhen ...

Da wird manchmal Unsinn behauptet. Der Flaschenhals bei der Lesegeschwindigkeit liegt nicht bei der visuellen Wahrnehmung der Buchstaben, sondern beim Verständnis. Deswegen macht es wenig Sinn, das visuelle Tempo zu trainieren. Wir haben mal verglichen, ob spezielle Übungen einen Unterschied machen oder die Instruktion »Lies ein bisschen schneller!« mit Verständnisrückmeldung ausreicht. Das Interessante ist, dass das konzentrierte, systematische, fokussierte Trainieren bei uns genauso gut funktioniert hat wie spezielle Übungen.

Also kann man sich das viele Geld für ein Schnellleseseminar doch sparen, wenn die speziellen Übungen dort nichts bringen?

Es gibt Übungen, die offensichtlich sinnlos sind wie die Erweiterung der Blickspanne. Es scheint aber auch Übungen zu geben, bei denen es möglich sein könnte, dass sie über das normale Üben hinaus einen Gewinn verschaffen. Das könnte zum Beispiel das Lesen in Wortgruppen sein. Da habe ich die Flinte noch nicht ins Korn geworfen. Unklar ist, inwieweit das Unterdrücken des inneren Mitsprechens ebenfalls sinnvoll sein kann. Wir brauchen viel mehr Forschung, um das systematisch zu untersuchen. Wir wissen zwar, dass das Schnelllesen irgendwie funktioniert, wenn man vernünftig und konzentriert übt. Aber es ist nicht klar, was tatsächlich die wirksamen Bestandteile dieser Arznei sind.

Welchen Einfluss hat die Art des Textes auf die Geschwindigkeit?

Allgemein gilt natürlich, je schwieriger der Text, desto länger braucht man fürs Lesen. Das Vokabular kann leicht oder schwer sein, die grammatische Struktur der Sätze kompliziert oder einfach. Das gilt auch für die logische Abfolge der Argumente in einem Text. Der gute Leser – das hat man schon am Anfang der experimentellen Leseforschung vor hundert Jahren gewusst – ist der adaptive Leser. Also derjenige, der über Strategien verfügt, mit denen er sein Lesetempo der Schwierigkeit des Textes anpassen kann.

Was halten Sie von Apps, die das Lesen beschleunigen, indem sie Wort für Wort anzeigen?

Mir sind zwei Apps bekannt, Spritz und Fastr. Beide nutzen ein lange bewährtes Prinzip aus der Leseforschung, die sogenannte Rapid Serial Visual Presentation, kurz RSVP, bei der Worte in schneller Abfolge an gleicher Stelle angezeigt werden. Dass man damit schneller lesen kann, ist zunächst aber nur eine Behauptung. Man verliert kaum Zeit beim Lesen mit Augenbewegungen, weil währenddessen die Informationsverarbeitung weitergeht. Durch RSVP wird die Illusion des schnellen Lesens erzeugt. Sie können die Abfolge so schnell machen wie in einem Musikclip. Dann behalten Sie aber nichts im Gedächtnis. Wenn Sie mir »Krieg und Frieden« kapitelweise mit 500 Wörtern pro Minute darbieten, dann bleibt da nicht viel hängen, weil das Gedächtnis völlig überfordert ist. Wir brauchen kurze Pausen, um die Bedeutung des Gelesenen zu verstehen und zu verankern.

»ES GEHT
DARUM,
NICHT
EINZELNE
WÖRTER ZU
ERFASSEN,
SONDERN
WORTGRUPPEN«

RALPH RADACH