



**Wort-suche.** Der Nutzer soll im Text so schnell er kann einen Suchbegriff finden.

**Paar-bildung.** Diese Übung trainiert, Wortunterschiede besser zu erkennen.

**Sieger-App.** Die Bilder zeigen zwei Übungen des Trainings von He-ku-IT. Es kombiniert viele kurze Lerneinheiten, die Spaß machen.

**Interview**

**„Bummeln oder rennen“**

Niemand muss immer über die Zeilen rasen, aber bei Bedarf ist doppeltes Lesetempo eigentlich für jeden drin. **Ralph Radach**, Professor für Psychologie, forscht zum „Schnellen Lesen“.



**Herr Radach, angeblich scrollen die Menschen nur durch Texte und bevorzugen kurze Lesehappen. Steht es wirklich schlimm ums Lesen?**

Ich sehe keinen Grund zur Besorgnis. Lesen ist und bleibt die wichtigste Möglichkeit, sich Wissen anzueignen. Internet und soziale Medien haben sogar dazu geführt, dass viele Menschen heute routinierter lesen. Die Leute lesen also eher mehr und besser.

**Viele wollen nicht nur mehr lesen, sondern auch schneller...**

Man kann lernen, beim Lesen Tempo zu machen. Und damit ist nicht nur ein reines Überfliegen gemeint. Mit bestimmten Techniken kann man schnell lesen und den Text trotzdem gründlich verstehen.

**Und dann rase ich immer im Eiltempo über die Zeilen?**

Nein, die Vielfalt Ihrer Lesemöglichkeiten erhöht sich, Sie passen Ihre Lesegeschwindigkeit dem Anliegen an, das Sie an den Text haben. Sie können ja auch bummeln, spazieren gehen, eiliger laufen oder rennen – je nach Situation. Es spricht also nichts dagegen, weiterhin manchmal langsam zu lesen, zum Beispiel um einen Roman in Ruhe zu genießen.

**Welche Technik ist gut geeignet?**

Die eine Schnellese-Technik gibt es nicht. Einiges, was auf dem Markt der Schnellese-Trainings angepriesen wird, ist aus wissenschaftlicher Sicht sogar ausgemachter Unsinn, der Versuch, die Blickspanne zu erweitern zum Beispiel.

**Leseweltmeister bringen es auf mehrere tausend Wörter pro Minute. Wie sehr kann ich selbst mein Lesetempo steigern?**

Wichtig ist, dass beim Lesen noch genug Zeit bleibt, die Information zu verarbeiten. Nur so kann sich das Wissen länger im Gedächtnis verankern. Es ist daher realistisch, sein individuelles Lesetempo zu verdoppeln.

**Die Vorteile des Schnellesens liegen auf der Hand. Warum wird es nicht schon in der Schule gelehrt?**

In der Forschung hat das Thema international inzwischen Fortschritte gemacht. In der Praxis, sprich im Schulunterricht, sind die Erkenntnisse aber bislang noch nicht angekommen – zumindest in Deutschland nicht. Das wird wohl auch noch dauern. Immerhin bieten aber bereits einige Universitäten Schnellese-Trainings für Studenten an. Schnellesen ist mit Sicherheit ein Zukunftsthema.





### Tipps für effizientes Lesen

Schneller zu lesen kann auch ohne Lesetraining gelingen, und zwar indem Sie Ihre Lesestrategie verändern. Hier sind Tipps dafür.

**Leseumfeld gestalten:** Schaffen Sie die Rahmenbedingungen für konzentriertes Arbeiten. Schalten Sie alles aus, was stören könnte. Lesen Sie möglichst bei Tageslicht oder in einem gut ausgeleuchteten Raum. Legen Sie notwendige Utensilien wie Stift oder Textmarker schon vor dem Lesen bereit. Sitzen Sie möglichst aufrecht.

**Texte auswählen:** Suchen Sie gezielt aus, was Sie lesen wollen. Aus-sortieren hilft: Eine Ablage, in der sich Texte stapeln, hemmt den Lesefluss. Prüfen Sie anhand von Schlagwort- oder Inhaltsverzeichnis, welche Kapitel relevant sind.

**Leseziel definieren:** Machen Sie sich vorab klar, was Sie von dem jeweiligen Text wollen. Nicht jeder Text muss vollständig gelesen und verstanden werden. Suchen Sie nur Informationen zu einem bestimmten Sachverhalt? Dann reicht es oft, wenn Sie einen Text nur überfliegen. Wenn Sie sich dagegen zum Beispiel in ein Themengebiet neu einarbeiten müssen, ist ein tieferes Verständnis der Inhalte nötig. Dann müssen Sie den Text gründlicher studieren. Je nach Leseanliegen können Sie Lesetempo und -technik variieren.

**Lesespaß wecken:** Bringen Sie dem Text Interesse entgegen. So werden die Informationen aus dem Text leichter mit bereits im Gedächtnis vorhandenen Informationen verknüpft. Wenn Sie einen Text lesen müssen, der Sie eigentlich nicht interessiert, formulieren Sie vorab für sich Fragen an den Text. So können Sie den Spaß am Lesen steigern.

**Kernaussage wiederholen:** Lesen Sie zum Schluss noch mal alle Überschriften des Buches oder des Artikels und rufen Sie sich dabei die Kernaussagen ins Gedächtnis.

**Schmökern.** Keine Sorge, schnelle Leser verlieren nicht die Fähigkeit zum langsamen Genusslesen.

