

SPEED READING

VON JENS HUNGERMANN

■ Achtung, liebe Leser, dieser Text liefert Ihnen wertvolle Erkenntnisse zur Zeitersparnis. Wenn Sie bis zum Ende durchhalten – und das sollten Sie –, werden Sie dafür voraussichtlich gut sechs Minuten benötigt haben. Oder gehören Sie womöglich nicht zum Durchschnitt der lesenden Menschheit?

Ihre Augen werden beim Lesen der Zeilen kaum sichtbar für andere hin- und herzucken. Dann und wann werden Sie zügig vorankommen, öfters aber auch hier und dort stutzen. Wie oft müssen Sie beispielsweise beim Wort Desoxyribonukleinsäurentschlüsselung neu ansetzen, um es unfallfrei zu entziffern? Doch grämen Sie sich nicht! Sie sind nicht allein.

Sicherlich würden Sie gern schneller lesen können, als sie in der Lage sind. Schließlich gibt es so viel zu lesen: Romane, Aufsätze, Bedienungsanleitungen, Facebook-Postings, Protokolle, Sachbücher, Beipackzettel, Briefings, Geschäftsberichte, Magazine, Online-News, Briefe. Oder denken Sie an diese Zeitung – voll mit tollen Texten und Themen. Nur: Das alles dauert. Und unsere Zeit ist begrenzt. Genau wie unsere Lesegeschwindigkeit.

Doch zumindest diese Grenze zu verschieben ist möglich. Die Zauberwörter lauten „Speedreading“, „Improved Reading“ oder einfach bloß „Schnell-Lesen“ und beschreiben zugleich das Versprechen zahlreicher Anbieter von Lesetrainings. Das Ziel solcher Kurse ist im Grunde das Gleiche: Das eigene Lesetempo deutlich zu erhöhen ohne an Textverständnis einzubüßen.

Nicht alle Anbieter können ihr Versprechen halten. „Stiftung Warentest“ ließ vor zwei Jahren 88 Personen sechs verschiedene Kurse testen. Alle Probanden verbesserten ihre Lesegeschwindigkeit – zum Teil jedoch mit Einbußen beim Leseverständnis. Zu diesem Aspekt hat der Hollywood-Regisseur Woody Allen einmal eine schöne Anekdote erzählt. Sie geht so: „Auf dem College besuchte ich einen Schnell-Lesekurs. Ich konnte ‚Krieg und Frieden‘ in 20 Minuten lesen. Es handelt von Russland.“

„Gerade beim ‚Speedreading‘ gibt es viele Missverständnisse. Es geht nicht um Geschwindigkeitsfetischismus, nicht um quer- oder diagonal lesen, sondern um verbessertes Lesen“, erklärt der Berliner Trainer Friedrich Hasse von Improved Reading, dem nach eigenen Angaben bundesweit marktführenden Anbieter von Lesetrainings, der u. a. seit 2001 mit dem Career Service der Technischen Universität kooperiert. „Die Pointe: Sie müssen schneller lesen, um ihr Textverständnis zu verbessern. Das können wir uns selber sehr schön klarmachen, wenn wir überlegen, wie oft unsere Gedanken, während unsere Augen brav über die Zeilen wandern, abschweifen.“

Bis zu dieser Stelle im Text, liebe Leser, haben Sie vermutlich circa eine Minuten und 20 Sekunden benötigt. Weiter geht's – vielleicht ab jetzt ein bisschen zügiger?

Wie schnell ein Mensch im Normalfall liest, hängt unter anderem von seiner Erfahrung ab. Ge-

Harry Potter in 47 Minuten lesen? Ein Buch mit mehr als 600 Seiten? Ist das möglich? Zumindest kann es durch Kurse trainiert werden: das Tempo zum Erfassen eines Textes. Unser Autor hat sich umgeschaut

übte Leser schaffen etwa 200 bis 300 Wörter pro Minute. Die Leszeit pro Wort variiert dabei mit dem „mental Aufwand für seine Verarbeitung“, sagt Ralph Radach, Inhaber des Lehrstuhls für Allgemeine und Biologische Psychologie an der Universität Wuppertal und in Deutschland einer der Pioniere in der Erforschung des Schnell-Lesens. Bedeutet: Wer Rosamunde Pilchers „Wilder Thymian“ zügig lesen möchte, kommt aller Wahrscheinlichkeit nach zu anderen Resultaten als derjenige, der Hugo Reinhardts „Quantenmechanik 1: Pfadintegralformulierung und Operatorformalismus“ zur Hand nimmt. Sagte nicht schon Johann Wolfgang von Goethe: „Es ist ein Unterschied, ob ich lese zu Genuss und Belebung oder zu Erkenntnis und Belehrung?“

Was beim Lesen das Tempo vornehmlich bremst, ist erstens das „innere Mitsprechen“ – ein, wenn man so möchte, seit der Grundschulzeit nie abgestellter „Lesefehler“. Zweitens sind es die ruckartigen Blickbewegungen (Sakkaden), die etwa 20 bis 40 Millisekunden dauern. Drittens jene Phasen relativer Ruhe, an denen die Informationen verarbeitet werden (Fixationen). Sie dauern laut Leseforscher Radach bei geübten Lesern um die 220 bis 250 Millisekunden. Viertens das wiederholte Lesen von Wörtern oder Passagen.

„Das Ziel muss darin bestehen, von einem sequenziellen Lesen in kleinen Schritten nach und nach zu einem ganzheitlichen Leseprozess zu kommen, in dem auf der Grundlage paralleler Wortverarbeitung innerhalb der Blickspanne Sinneinheiten gebildet werden“, schreiben Radach und zwei Forscherkollegen in einem jüngst erschienenen Essay „Speed-reading – Die Vision vom schnellen Verstehen“.

Entscheidende Bedeutung scheint demnach dem Erlernen einer bestimmten Lesetechnik zukommen: dem Chunken (Englisch „chunk“ = großer Brocken). Dabei werden Wortgruppen und nicht länger Einzelwörter erfasst. Die Folge: Weniger Sakkaden, weniger Fixationen, höheres Tempo.

Über die Frage, welche Arten von Training und Übungen die besten sind, streiten sich Experten. Ebenso darüber, wo die natürliche Grenze der Lesegeschwindigkeit eines Menschen ist und ob wirklich jeder signifikante, langfristige Erfolge erzielen kann.

„Die Wissenschaftler, in deren Fachgebiet das Schnell-Lesen fällt, nämlich die experimentellen Psychologen, zeigen eine gewisse Scheu vor dem Thema. Schnell-Lesen gilt vielen als leicht unseriös“, weiß Peter Rösler, Vorsitzender der „Deut-

schens Gesellschaft für Schnell-Lesen“ und Autor des 2016 veröffentlichten Buchs „Grundlagen des Schnell-Lesens“. Eingehend beschäftigt er sich darin unter anderem mit dem „optischen Schnell-Lesen“, bei dem das „innere Mitsprechen“ von Texten („subvokalisieren“) gänzlich entfällt. Wer beim Lesen innerlich mitspricht, kann sein Tempo laut Rösler nur auf maximal 600 Wörter pro Minute steigern.

Die Ermittlung der Lesegeschwindigkeit ist dabei im Kern denkbar einfach. Die meisten Kursanbieter verfahren ähnlich. Zunächst liest der Teilnehmer, quasi mit der Stoppuhr in der Hand, einen ihm unbekanntem Text mit einer bestimmten Anzahl Wörter. So lässt sich anschließend zunächst eine Aussage über die Messgröße „Lesegeschwindigkeit in Wörtern pro Minute“ treffen. Anschließend beantwortet der Lesende Verständnisfragen zum Text. Oft sind das zehn Multiple-Choice-Fragen (weswegen Skeptiker die durch simple Fragen leicht zu beeinflussende Methodik kritisieren). Die WpM-Zahl multipliziert mit der Prozentzahl korrekt beantworteter Fragen ergibt so am Ende die sogenannte „effektive Leserate“. Je niedriger sie ist, desto weniger Sinn ergibt das schnelle Lesen.

Groben Schätzungen zufolge hat einer von 500 Menschen die Begabung, besonders schnell zu lesen, ohne es geübt zu haben. Fachleute sprechen von „Natural Speed Readers“. Die Amerikanerin Evelyn Wood stieß in Forschungen in den 50er- und 60er-Jahren auf Menschen mit einer Lesegeschwindigkeit von angeblich 1500 bis 6000 Wörtern pro Minute (WpM) – bei gutem Verständnis der Inhalte. Zu den prominenten Schnell-Lesern der

Historie soll unter anderem John F. Kennedy gehören. Dem US-Präsidenten wird nachgesagt, sein Lesetempo durch gezieltes Üben auf 1200 WpM getrimmt zu haben.

Ein Rechenbeispiel: Angenommen, ein Roman hat 250 Wörter pro Seite und umfasst insgesamt 300 Seiten. Ein Leser mit der Fähigkeit zu 1500 WpM würde nur 50 Minuten dafür benötigen. Geht nicht? Geht doch. Frag nach bei Anne Jones. Die Mittfünfzigerin aus Northumberland/England soll den siebten und letzten Band der „Harry Potter“-Reihe mit seinen 199.900 Wörtern in Rekordgeschwindigkeit bewältigt haben. Verzückt staunte nicht nur „Bild“ seinerzeit: „Zauberei? Frau las neuen Potter (607 Seiten) in 47 Minuten durch.“ Jones war in der Lage gewesen, den Inhalt des für sie vorher unbekanntem Buchs einwandfrei zusammenzufassen.

4254 Wörter pro Minute – von schmökern kann da keine Rede mehr sein. Es gibt Speed-Reader, die von sich behaupten, ihre Lesegeschwindigkeit werde allein dadurch determiniert, dass sie ja umblättern müssen.

Sie, liebe Leser, haben auf diesen Text bislang wahrscheinlich knapp viereinhalb Minuten verwendet. Endspurt!

Seinen Ursprung hat das systematische Erlernen des Schnell-Lesens einer interessanten Überlieferung zufolge übrigens nicht, wie zu vermuten wäre, an Schulen, Universitäten oder wissenschaftlichen Forschungseinrichtungen. Sondern im Militär.

So kämpfte die britische Royal Air Force im Ersten Weltkrieg nicht allein gegen feindliche Flieger. Manche ihrer Piloten kämpften auch mit dem

Problem, dass sie die verschiedenen Flugzeuge des Feindes aus der Ferne nicht auf den ersten Blick voneinander zu unterscheiden vermochten. Mithilfe eines Tachistoskops gelang es, die Wahrnehmung der Piloten deutlich zu verbessern.

Dabei handelt es sich um eine Art Diaprojektor, der in sehr kurzen Abständen Bilder an eine Wand projiziert. Nach Übungen mit verschiedenen veränderten Formaten, reduzierten Blickwinkeln und vor allem kürzerer Projektionsdauer waren viele der Männer in der Lage, binnen einer Fünfhundertstelssekunde am Himmel Feind von Freund zu unterscheiden. Die Erkenntnisse aus der damaligen Forschung flossen anschließend in erste Schnell-Lese-Trainings ein, schreibt der Autor Gerhard Höller in seinem Ratgeberbuch „Professionelles Speed-Reading“.

Heute muss Schnell-Lesen zwar glücklicherweise keine Leben mehr retten. Aber gerade auf Berufstätige, die während ihrer Arbeitszeit mit großen Mengen Text regelrecht zu kämpfen haben, wirkt die Botschaft „In der gleichen Zeit viel mehr schaffen“ verlockend. Und auf deren Arbeitgeber erst recht.

„Wer täglich drei Stunden lesen muss, sei es am Computer oder in Büchern, Zeitschriften oder Zeitungen, der hat einen Leseaufwand von ca. 1000 Stunden im Jahr. Selbst kleine Effizienzverbesserungen sparen schon so viel Leszeit ein, dass sich der Aufwand, das Schnell-Lesen zu erlernen, in kürzester Zeit amortisiert“, meint Buchautor Rösler.

Schlaue Literatur zum Thema findet sich zuhauf. Sie trägt Titel wie „Speed Reading 2.0“, „Schnelles lesen leicht gemacht“ oder „Photo Reading“. Geht es nach Rösler, ist die Auswahl mit Vorsicht zu treffen. Denn: „Viele Ratgeberbücher taugen – so muss man es leider formulieren – gar nichts.“ Und auch mancher Kursanbieter ist aus seiner Sicht kritisch zu betrachten.

Lesetrainer Friedrich Hasse gibt in Berlin seit 2003 „Improved Reading“-Kurse. Sein Klientel ist heterogen: von Banken und Unternehmen über Humboldt- und Technische Universität über Robert-Koch-Institut bis Bundeskanzleramt. Vor überzogenen Erwartungen warnt Hasse: „Wir versprechen nicht das Blaue vom Himmel. Wir sagen nicht, jeder Teilnehmer wird am Ende des Kurses zehnmal schneller lesen als vorher.“ 50 bis 100 Prozent Steigerung der eigenen Lesegeschwindigkeit ohne Einbußen beim Textverständnis seien jedoch drin. Hasse: „Ich habe es praktisch nie erlebt, dass sich jemand nicht signifikant verbessert hätte.“

Wissenschaftlichen Thesen zufolge nutzen wir beim herkömmlich erlernten Lesen lediglich ein Drittel unserer Hirnkapazität. Es ist also noch Platz (nach) oben. Eine kluge eigene Strategie beim Bewältigen der täglichen Buchstabenflut kann allerdings ebenso wertvoll sein, merkt Psychologe Ralph Radach nicht ohne Süffisanz an: „Das größte Potenzial zur Steigerung der Leseleistung liegt vielleicht im Verzicht auf das Lesen überflüssiger Texte.“



Geübte Leser schaffen etwa 200 bis 300 Wörter pro Minute

Frau Keseling stapft durch Stadt und Land



Warum wir das Internet nicht lieben

Warum gibt es keine Liebeserklärungen an das Internet? Ich meine, alles wird doch heutzutage irgendwie „geliebt“. Handys, Autos, Handtaschen, Katzen, für alles gibt es Fansseiten im Internet, Liebeserklärungen, Emoticons und Wackelgifs, sogar eine Fast-Food-Kette hat sich das „Lieben“ auf die Fahnen geschrieben, in der ersten Person Plural und auf Englisch. Nur beim Internet tun alle so, als wäre es etwas, das immer schon da war, nur dass die Menschheit lange zu blöd war, es zu nutzen.

Internet ist nichts, von dem Menschen schwärmen würden, dass es sie glücklich macht so wie Katzen, ein neues Auto, oder ersetzen Sie hier einen beliebigen Gegenstand, meinestwegen auch eine Handtasche oder ein frisches Brot. Internet ist für die meisten Menschen heute so etwas wie Sauerstoff oder Wasser oder Strom aus der Wand, etwas, das einfach da ist. Nur wenn es dann fehlt, ist das Geschrei auf einmal groß.

Fragen Sie mal Eltern mit Teenagern, fragen Sie Reiseveranstalter oder die Bahn: Ohne Internet halten es viele Menschen heute nicht länger aus als einen Atemzug lang. Gleich über Stunden offline zu sein, abgeschnitten vom Newsstrom der Welt, unerreichbar selbst im Falle der Katastrophe, ob nun der eigenen oder einer irgendwo in der Welt, erscheint vielen Menschen als eine Art persönlicher Totalausfall. Ohne Internet fühlt man sich, glaube ich, schlimmer als tot: lebendig begraben. Allein. Mit sich selbst.

Es gibt also allen Grund, das Internet zu befürworten, es gut zu finden, mehr noch: bedingungslos dahinterzustehen, nicht nur mit dem Kopf, sondern auch mit dem Bauch – es gibt allen Grund das Internet von Herzen zu lieben. Trotzdem habe ich persönlich noch nie jemanden getroffen, der das zugeben würde. Nicht mal in den sozialen Netzwerken, wo Gefühle ja schneller auflodern als im wirklichen Leben. Gibt man zum Beispiel in die Suchzeile bei

Facebook „Ich liebe...“ ein, ergänzt das Netzwerk automatisch Wörter wie Deutsch, Käse, Katzen, Schlafen und Hunde. Die Facebook-Seite „Ich liebe das Internet“ hat lediglich acht Likes.

Ja, könnte man einwenden, wir „lieben“ ja auch den Sauerstoff nicht, oder das Wasser. Aber stimmt das? Sauerstoffkuren waren schon zu Zeiten des Zauberbüchchens Mode. O₂ gilt manchen Menschen als eine Art Droge. Sogar ein Telefonanbieter hat sich danach benannt, ich glaube, es war vor der Erfindung des Internets. Und Wasser? Wasserfreunde gibt es überall. Wohl kaum ein Element hat mehr Künstler inspiriert als das Wasser. In der Rangfolge der beliebtesten Kitschbilder als Bildschirmhintergrund rangieren Wassermotive direkt nach den Katzen.

Womit wir wieder beim Thema wären. Kaum ein Medium (oder: Element?) des täglichen Lebens wird emotionsloser betrachtet als das Internet. Allenfalls

für negative Gefühle hält es her. Internetkriminalität. Massenüberwachung. Mobbing. Spionage. Das Darknet. Was auch immer es in der Welt an Widerwärtigkeiten gab, das Internet macht alles noch widerwärtiger. Es gibt wahrlich viele Gründe, das Internet zu hassen. Doch, mal ehrlich: Wenn Sie irgendwo den Ausruf hören: „Ich hasse das Internet!“, dann dürfte das Internet mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit gar nicht der Anlass sein. Sondern es ist einfach mal wieder ausgefallen.

Ein Ort, an dem der Hass aufs Internet grenzenlos ausfern kann, sind Züge. Möglich, dass WLAN im Zug mittlerweile in die Charta der Menschenrechte aufgenommen wurde, so erklärt sich dann auch die Euphorie, mit der das WLAN in Waggonen zweiter Klasse der Deutsche Bahn empfangen wurde. Es klang fast schon wie: Liebe. Ich persönlich hätte die flächendeckende Versorgung mit, sagen wir, sauberen Zugklos für die größere Revolution gehalten.