

EIN WENIG TRAINING,  
UND SIE LESEN DIESE SEITEN  
IN 63 SEKUNDEN!

TEXT TINA KOPPERSCHMIDT ILLUSTRATION LISBETH SVÄRLING

# LESEN MIT SPEED

Stoppen Sie doch mal, wie lange Sie für diesen Artikel brauchen. Unsere Prognose: 4 Minuten, 12 Sekunden. Da geht noch was! **DEUTSCHLANDS SCHNELL-LESE-GURU** Wolfgang Schmitz erklärt, warum es besser ist, mit viel Tempo zu lesen. Und vor allem: wie Sie es trainieren können



**HIER KÖNNEN SIE LERNEN, SCHNELLER ZU LESEN:** „Improved Reading“ bietet Seminare in vielen deutschen Städten an. Die Kurse dauern zwei Tage, Normalpreis: 415 Euro, für Studenten gibt es Ermäßigung. Mehr Infos unter [www.pro-read.de](http://www.pro-read.de).  
• Ein 25-Tage-Programm zum schnelleren Lesen gibt es im Buch „Optimales Lesen“ von Ernst Ott, Rowohlt Verlag, 7,90 Euro

## WARUM SOLLEN WIR SCHNELLER LESEN, HERR SCHMITZ ?

*Wolfgang Schmitz, Chef von Improved Reading, behauptet: Man spart nicht nur Zeit, man versteht auch mehr!*

**Maxi:** Erklären Sie uns doch bitte erst mal, warum wir überhaupt zu langsam lesen.

**Schmitz:** Weil wir es in der Grundschule so lernen. Klar, dass man da klein anfängt: Erst schaut man sich die einzelnen Buchstaben an, dann erst das gesamte Wort, so lesen wir dann meistens noch als Erwachsene. Allerdings hat jeder Mensch mit 15 oder 16 Jahren bereits so viel Leseerfahrung, dass man alle Wörter auf den ersten Blick erkennt – und viel schneller lesen könnte.

**Aber unser Alltag ist doch meist schon sehr hektisch. Und jetzt sollen wir auch noch Tempo machen beim Lesen?**

Ja. Weil Sie Ihr Gehirn sonst unterfordern! Bei einem „normal“ Lesenden bleiben un-

gefähr 55% eines Textes hängen. Lernt man aber schneller zu lesen, liegt die Verständnisquote auf Anhieb sogar bei 80–100%.

**Das klingt wie Zauberei?**

Ist es aber gar nicht. Wir lesen nur 200 Wörter pro Minute, das Gehirn kann aber viel schneller denken, nämlich 800 bis 1000 Wörter. Klar, dass sich das Gehirn dann parallel noch mit allem Möglichen beschäftigen kann. Zum Beispiel mit dem wichtigen Anruf, den man gleich noch machen muss, oder dem bevorstehenden Kaffeeplätzchen. Je uninteressanter der Text und je interessanter der Gedanke, desto weniger bleibt beim Lesen hängen. Folge: Sie springen wieder

und wieder zurück im Text. Das ist Zeitverschwendung!

**Eignen sich alle Texte zum Schnell-Lesen? Was ist mit Romanen, bei denen man die**

**Schönheit der Sprache auf sich wirken lassen will ...**

Gedichte und Romane sind eine klare Ausnahme. Die Schnell-Lese-Techniken zielen hauptsächlich auf das Lesen zur Informationsaufnahme. Aber auch die deckt ein ausgesprochen breites Spektrum ab: Bei

einem Dan Brown oder Frank Schätzing beispielsweise, wo es weniger um schöne Formulierungen als um spannende Handlung geht, kann man das Lesevergnügen durch schnelles Lesen noch steigern.

„Sie können durch schnelles Lesen das Lesevergnügen sogar noch deutlich steigern“

## ZEIT IST DAS WERTVOLLSTE GUT, DAS WIR HABEN. DESHALB HIER: SCHNELLER LESEN IN VIER SCHRITTEN

### 1 NICHT WORT FÜR WORT, SONDERN IN GRUPPEN

Merken Sie gerade etwas? Ihre Augen gleiten nicht, während Sie diesen Text lesen. Sie brauchen kleine Stopps, um Buchstabenbilder an Ihr Hirn zu senden. Jeder Stopp kostet Sie eine viertel Sekunde. Wenn Sie ein Wort nach dem anderen fixieren, verlieren Sie elendig viel Zeit. Dabei erlaubt Ihnen Ihr Blickwinkel, drei bis dreieinhalb Zentimeter Text auf einmal zu erfassen. Da passen normalerweise sogar zwei bis vier Worte rein. „Wenn Sie in Wortgruppen lesen, liefern Sie Ihrem Gehirn eine ganze Botschaft – statt ein einzelnes Wort, das allein betrachtet keine Aussage hat“, sagt Schmitz.

### 2 NICHT MEHR LAUTLOS MITLESEN

In diesem Moment flüstert ein kleiner Mann in Ihrem Ohr die Worte mit, die Sie lesen. „Subvokalisieren“ nennt man

das, oder auch „mentales Mitsprechen“. Das kommt noch aus der Zeit, als Sie das Lesen gelernt haben – und Worte wie komplizierte Codes für Sie waren, die Sie durch lautloses Mitsprechen, Silbe für Silbe, zu knacken versuchten. Problem: Ihre Sprechgeschwindigkeit ist viel lahm als Ihr Lesevermögen. „Vertrauen Sie darauf, dass der visuelle Eindruck eines Wortes reicht, um es aufzunehmen“, so Schmitz. Versuchen Sie, das kleine Männchen in Ihrem Ohr zum Schweigen zu bringen. Schrittweise. Vielleicht lässt es ja erst mal die unwichtigen Worte wie Artikel weg. Und hält irgendwann mal ganz die Klappe. Alles eine Sache des Trainings.

### 3 ERST LESEN, DANN DENKEN

Knifflig, weil wir doch so drauf trainiert sind, zu allem eine Meinung zu haben. Wenn Sie allerdings alles, was Sie lesen, im selben Moment kritisch beleuchten, werden Ihnen drei Lebzeiten nicht ausreichen, „Das Kapital“ von Marx und Engels durchzuackern. Der Trick: erst lesen, der Botschaft des Autors lauschen, Logik verstehen, Zusam-

menhänge wahrnehmen. Die kritische Wertung gehört an den Schluss – genau wie der Textmarker. „Wenn Sie einen besonders langen Text vor sich haben, können Sie das Ganze auch gern Absatz für Absatz machen“, sagt Schmitz.

### 4 DAS ZIEL IM AUGE BEHALTEN

Wenn Sie Auto fahren, donnern Sie dann mit der gleichen Geschwindigkeit Serpentinaugen hoch wie über die Autobahn? Wohl kaum. Und warum lesen Sie dann jeden Text im gleichen Schleichtempo? Wenn Sie ein Thema beim Wickel haben, über das Sie schon viel wissen, aber nur noch nach bestimmten Informationen suchen, machen Sie sich das vorm Lesen klar – und schalten Sie einen Gang hoch. Vorheriges Einstimmen macht Sie garantiert schneller. „Ich kann auch die Absatzspring-Methode empfehlen“, sagt Schmitz. „Fixieren Sie hauptsächlich den Beginn eines Absatzes, denn da sollten die Hauptbotschaften stehen.“