

INHALT

Vorbemerkungen	17
1 Zum Umgang mit diesem Buch Das ist ein Lesebuch. Streifen Sie darin umher, lesen Sie, wo Sie mögen. Suchen Sie sich aus, was Sie gebrauchen können	18
2 Zwei Lese Geschichten Durch Lesenot und Lesestörung kamen die beiden Autoren – über manche Irrwege – zum effizienten Lesen	22
Kapitel I: Fakten zum Lesen	
3 Die Augen Gar nicht banal: Wer besser lesen will, muß gut sehen können	28
4 Wenn aber das Lesen Arbeit ist ... tritt der Spaß daran zurück – doch darüber gibt es kaum Erkenntnisse	31
5 Was im Kopf passiert – wie kann man das messen? Ob jemand ein guter Leser ist, wer kann das beurteilen? Doch nur er selbst!	35
6 Das Auge funktioniert wie eine Kamera Die Analogie zum Fotoapparat hilft, das Sehen zu verstehen – man darf sie aber nicht zu weit treiben.	40
7 Mit fünf Grad Blickspanne – ein Fünfmarkstück sehen Wie Sie Ihren Leseblick selbst berechnen können	42

8 Pünktchen, Pünktchen ... Oder: Was sehen wir lesend?	
Was die Augen können könnten, darüber gibt es viele Meinungen.....	46
9 Die berechenbare Größe Blick – ein Modell	
Die Blickspanne kann nicht erweitert werden – denn die Augen haben kein Weitwinkelobjektiv.....	50
Zwischenbemerkung: Was ist das – ein Modell?.....	52
10 Unsere Lesetheorie – und der Wörtersalat im Blick	
Warum Sie sehr leichte Texte manchmal einfach nicht lesen können – an Konzentration mangelt es zumeist nicht.....	54
11 Die Augen blicken kreuz und quer	
Zum Lesen eignen sich die Augen schlecht.....	56
Zwischenbemerkung: Die Reiz-Hierarchie – wem gehorchen unsere Augen?	58
12 Der Lesemensch – ein Murmeltier	
Wer liest, spricht mit – und weil es nicht zu hören ist, glaubt es kaum jemand.....	60
Rasch informiert: So lesen wir	62
13 Lesen und Geschwindigkeit	
Je heller das Licht ist, desto schneller blickt das Auge...	63
14 Lesetempo ist gleich Sehtempo	
Ein Blick, ein Wort: das natürliche Lesetempo.....	65

Zwischenbemerkung: Unglaubliche Geschwindigkeit .	65
15 Der Leseplatz	
Mindestens 1.000 Lux – aber bitte blendfrei!	67
16 Ergonomie – die Lesemedizin?	
Wir versuchen, die Ergonomie des Lesens zu entdecken.....	71
17 Computerfische stören beim Lesen	
Ein Urtrieb lenkt uns ab: Bewegung macht das Lesen schwer.....	74
18 Kontraste lenken ab	
Wenn im dunklen Leseraum grelles Licht den Text beleuchtet	75
Rasch informiert: Was beim Lesen stört.....	77
Zwischenbemerkung: Ein wenig schneller stört.....	78
19 Sehen ist Datenarbeit im Kopf	
Fernblick macht die Linse dünn: der Autofokus unserer Augen	79
Kapitel II: Ein Bild vom Text – das Textbild	
20 Textbild im Gespräch	
Haben Sie das Wesentliche im Blick, verhandeln Sie stets mit Übersicht	82
21 Die Gedanken strukturieren	
Prüfen Sie den Text auf Logik – mit dem Lesebild.....	84

22 Ihr erstes Bild vom Text	
Textbilder erstellen Sie bereits vor dem Lesen: die Analyse wird profunder, der Informationsgewinn größer, das Leseziel sicherer erreicht	89
23 Wichtiges herausfiltern	
Keine Panik, wenn nichts dabei herauskommt	91
24 Dialog über den Inhalt	
So üben Sie, Textbilder herzustellen	92
25 Vom Einfall zum Schlüsselwort	
So bringen Sie Struktur in Ihre Textbilder	93
Rasch informiert: Textbild-Sorten	95
26 Textbild-Ergonomie gegen Textbild-Unfälle	
Tips und Tricks für gute Textbilder	95
 Kapitel III: Überblicken mit System	
27 Stapeln statt lesen?	
Diagonallesen nützt Ihrem Lesen wenig	104
28 Brauchen Sie Lesenachhilfe?	
SQRRR-Methode: für das Lernen vielleicht sinnvoll, für das Lesen sicher nicht	106
Zwischenbemerkung: »Effektivizient?«	108
29 150 Seiten in 75 Sekunden	
Unsere Alternative zum herkömmlichen Diagonallesen: das Überblicken mit System	111

30 | Textbilder steuern punktuelles Lesen
Mit einem Buch strategisch vorgehen 113

31 | Denken statt lesen
Nicht gleich loslesen, sondern taktisch vorgehen –
mit dem Textbild 116

Kapitel IV: Lesen mit System

32 | Planvoll lesen contra Lesezwickmühle
Wie Sie mit viel Lesestoff umgehen, den Sie
unbedingt durcharbeiten müssen. 118

33 | Erst denken – dann lesen
Noch mehr Lesetaktik 122

34 | Lesen oder Lernen? Für Leseprofis keine Frage!
Gut lesen heißt nicht: alles lernen. Lesen oder
lernen Sie – aber lesen Sie nicht lernend 123

35 | Der Finger als Suchgerät
Unvermutete Fähigkeiten stecken im Zeigefinger –
Den Finger schwingend finden Sie wichtige Wörter 136

36 | Daten, Fakten und (Lern-)Kartei
Exzerpieren und Markieren – wie Sie Ihre Texte
besser behandeln 146

Zwischenbemerkung: Vor dem Lesen zerlegen 152

Kapitel V: Souverän lesen

37 | Lesen ohne Hast

Eigentor Lesehast: Warum Sie nicht durch
Texte hetzen sollten 158

Rasch informiert: Im Teufelskreis der Lesehast. 160

38 | Das Notenlesen und die Sprachmusik

Sie verstehen Texte, indem Sie diese Erklängen lassen... 161

39 | Leseschnecke oder Textwiesel

Wieso Ihr Lesetempo nicht von Ihnen abhängt 170

40 | Mit Kinderreimen wieder lesen lernen

Sie schlafen beim Lesen gut ein – Das kann auch
eine Lesestörung sein 172

41 | Mitsprechen versteht den Wörtersalat – meistens

Auch wer nichts versteht, kommt gut im Text voran –
und ganz ohne Klang geht Lesen auch 176

42 | Viel lesen macht schnell

Sie steigern Ihre Lesegeschwindigkeit gefahrlos
und zuverlässig – indem Sie nach Gefühl lesen 178

43 | Aus vier wird eins: Die Schnellen sind unter uns ...

Viel lesen beschleunigt – Training aber eher nicht 179

44 | Vorsicht bei Beschleunigern!

Simple Methoden 183

45 | Grenzgänger lesen gefährlich

Warum sich erfahrene Leser besonders
hüten müssen 185

46 Die Lautmechanik pflegen	
Genüßliches Vorlesen ist langsam – aber es pflegt Ihr Arbeitslesen	189
47 Konzentration wird K(r)ampf	
Sie können sich nicht konzentrieren wollen	190
48 Ist Subvokalisieren Sünde?	
Sprich alles oder nichts!	
Unglaubliche Lesegeschwindigkeiten sind möglich	192
49 Schnell-Leser haben Weitblick	
Das Ergebnis: 400 Seiten in 40 Minuten	195
50 Schnell-Lesen – das Turbo-Lesen	
Ohne Meditation: Turbo-Lesen ist ein Handwerk	197

Anhang

Rezension aus dem Jahre 1998:

Zu »Effizient lesen Das Know-how für Zeit- und Informationsgewinn«	200
---	-----

»Berufliches Lesen« | »Turbo-Lesen«:

Zwei TESTEXTE zu dem Thema »Berufliche Leseschulung«	204
---	-----

Literatur

aus der wir zitieren – nicht zum besseren Lesen	220
---	-----

Register	222
-----------------------	-----