



derum andere seit nunmehr rund 400 Jahren zu einem Publikum werden ließen, das sich der oben genannten Tiernamen nur schwer entziehen kann.

Woher aber kommt der Bücherwurm gekrochen, und wer hat Angst vor Leseratten? Der Erstere hat etwa das Alter von Gotthold Ephraim Lessing, der die entsprechende Original-Nagekäferlarve aus dem zellulosedicken Buchblock heraus- und ins Lustspiel hineinholte als jemanden, der viel liest. Die Ratte, die liest, ist seit dem späten 19. Jahrhundert belegt und leidet nicht nur an Bücherhunger, sondern nachgerade an -gier. Sie frisst Zeilen vor

„Ratten und Schmeißfliegen“ für solcherart defätistische Wesen, und ein bayerischer Ministerpräsident scheute sich nicht, dieses Zitat auf Journalisten anzuwenden.

Das Buch nun immerhin ist ein ganz harmloses Wort – es geht zurück auf eine Schreiblettel aus Buchenholz. Die Bibliothek wiederum ist griechischer Abstammung, bezeichnet den Ort, wo Bücher gesammelt und aufbewahrt werden, wie ja auch die Bibel aus mehreren biblia, also Büchern besteht. Dem Lesehunger und dem -durst ist alles recht. Zum Wohl! Denn am Welttag des Buches ist auch Welttag des Bieres. Also Prost!

## Hilfsmittel Metronom

Ernst gemeinte Tipps zum schnelleren Lesen

Von  
Christian Peirick

Wer viel zu lesen hat, wünscht sich sicher eine Methode zum schnelleren Aufnehmen der Informationen. Wichtig dafür ist zunächst die Erkenntnis, dass die Augen anhalten müssen, um überhaupt Informationen aus einem Text aufnehmen zu können.

Sie sollten daher vorrangig die Zahl dieser Augenhalte (sog. Fixationen) verringern, denn geübte Leser können ohne weiteres zwei oder drei Wörter auf einmal aufnehmen, anstatt jedes Wort einzeln zu fixieren. Um dies zu üben, legen Sie eine Folie mit zwei bis vier Strichen über den Text, die die Zeilen in gleich große Blöcke teilt. Ziel des Durchgehens durch den Text ist es dann, die zwischen den Strichen gedruckten Worte mit einem Augenhalt zu erfassen. Schon nach kurzer Übungszeit werden Sie in der Lage sein, die Informationen aus den Textblöcken aufzunehmen und zu verstehen.

Eine weitere Reduzierung der Lesezeit bewirkt die Verringerung der Fixationsdauer. Erfahrungsgemäß wenden Sie ca. eine Sekunde auf, um bei einer Fixation die Informationen aufzunehmen und zum

nächsten Augenhalt zu springen. Erforderlich sind aber nur 0,25 Sekunden. Mit Hilfe eines Metronoms mit Taktfrequenz 120 (und höher) können Sie üben, zumindest zwei Fixationen pro Sekunde zu schaffen.

Unsere Augen folgen übrigens einem Reizschema, auf dessen höchster Ebene die Bewegung und – ganz unten – die Buchstaben stehen. Für das schnelle Lesen hilfreich ist daher die Verwendung einer Lesehilfe, wie etwa der Finger, denn diese fördert die Aufmerksamkeit auf den gerade zu lesenden Textabschnitt.

Neben der Verbesserung des Lesevorgangs sind auch die Rahmenbedingungen zu optimieren. Dazu gehören ein aufgeräumter, ruhiger und ausreichend beleuchteter Leseplatz (nicht bei Kerzenschein im Bett!) und die Orientierung am eigenen Biorhythmus.

Noch wichtiger ist es aber, dass Sie sich vor Beginn klar machen, was Ihr Leseziel ist. Dazu können Sie Fragen an den Autor stellen, die Sie beantwortet haben wollen, oder notieren, was Sie zum Thema bereits wissen. Oft werden Sie feststellen, dass Sie Texte gar nicht oder nur kurze Passagen davon lesen müssen, um die gewünschten Informationen zu erhalten.

nungen werden immer höher – der Lese-Eifer nimmt trotzdem ab.