

Zweite Etappe: Mit weniger Boxenstopps schneller ans Ziel

Blickpunkt-Training

Lernziele:

- Sie wissen, wie die Augen beim Lesen funktionieren.
- Sie können die Augenbewegungen trainieren und optimieren.
- Sie kennen die Bedeutung der Redundanz und ihre Anwendung.

2.1 Die Augenbewegungen beim Lesen**Übung 1**

Den folgenden Text sollen Sie nicht selbst lesen. Suchen Sie eine Person, die Ihnen erlaubt, ihr beim Lesen in die Augen zu schauen. Sie soll den Text still lesen und dabei das Buch so hoch halten, dass Sie über die obere Buchkante ihre Pupillen beim Lesen bequem beobachten können.

Was tun Ihre Augen gerade jetzt, wenn Sie diesen Text lesen? Sie haben vermutlich das Gefühl, Ihre Augen würden beim Lesen über die Zeilen gleiten. Die Person, die Sie eben beim Lesen beobachtet, kann feststellen, dass es sich dabei um eine Täuschung handelt. Dasselbe hat Ende des 19. Jahrhunderts der französische Augenarzt Émile Javal¹ herausgefunden. Er war der erste, der die Augenbewegung beim Lesen beschrieb. Er stellte fest, dass sich die Augen beim Lesen ruckartig bewegen. Sie hüpfen über die Zeilen: Es sind kleine Sprünge, die sie machen. Und nach jedem Sprung halten sie einen Moment inne. Die Lesebewegung des Auges besteht also aus zwei Elementen, nämlich abwechselnd aus Springen und Stoppen.

1 Erdmann, Benno / Dodge, R. (1898): Psychologische Untersuchungen über das Lesen auf experimenteller Grundlage, Halle a.S.



LESEHILFE

Übung 7

Mit der vorstehenden Übung haben Sie sich etwas Wichtiges zunutze machen können: Es ist nicht notwendig, dass wir den ersten Blickpunkt an den Anfang und den letzten an den Schluss einer Zeile setzen. Auch wenn wir sie etwas einrücken, nehmen unsere Augen den Text vollständig war.

Dieses Einrücken der Anfangs- und Schlussblickpunkte kann mit dem Stäbchen unterstützt werden. Eine weitere Unterstützung bietet eine Hilfslinie, wie Sie sie im folgenden Übungstext sehen. Die Hilfslinie kann so gezogen werden, dass sie den jeweiligen Blickpunkt markiert (Abschnitt 1), oder so, dass die Blickpunkte in die durch die Hilfslinie entstandene Spalte zu liegen kommen (Abschnitt 2). Probieren Sie selbst aus, was Ihnen besser liegt.

Johann Peter Hebel **Das Mittagessen im Hof**

Man klagt häufig darüber, wie schwer und unmöglich es sei, mit manchen Menschen auszukommen. Das mag denn freilich auch wahr sein. Indessen sind viele von solchen Menschen nicht schlimm, sondern nur wunderlich, und wenn man sie nur immer recht kennen würde, inwendig und auswendig, und recht mit ihnen umzugehen wüsste, nie zu eigensinnig und nie zu nachgiebig, so wäre mancher wohl und leicht zur Besinnung zu bringen. Das ist doch einem Bedienten mit seinem Herrn gelungen. Dem konnte er manchmal gar nichts recht machen und musste vieles entgelten, woran er unschuldig war, wie es oft geht. So kam einmal der Herr sehr verdriesslich nach Hause und setzte sich zum Mittagessen. Da war die Suppe zu heiss oder zu kalt oder keines von beiden; aber genug, der Herr war verdriesslich. Er fasste daher die Schüssel mit dem, was darinnen war, und warf sie durch das offene Fenster in den Hof hinab.

Was tat hierauf der Diener? Kurz besonnen warf er das Fleisch, welches er eben auf den Tisch stellen wollte, mir nichts, dir nichts, der Suppe nach auch in den Hof hinab, dann das Brot, dann den Wein und endlich das Tischtuch mit allem, was noch darauf war. «Verwegener, was soll das sein?», fragte der Herr und fuhr mit drohendem Zorn von dem Sessel auf. Aber der Bediente erwiderte ganz kalt und ruhig: «Verzeihen Sie mir, wenn ich Ihre Meinung nicht erraten habe. Ich glaubte nicht anders, als Sie wollten heute in dem Hofe speisen. Die Luft ist so heiter, der Himmel so blau, und sehen Sie nur, wie lieblich der Apfelbaum blüht, und wie fröhlich die Bienen ihren Mittag halten!» – Diesmal die Suppe hinabgeworfen und nimmer! Der Herr erkannte seinen Fehler, heiterte sich im Anblick des schönen Frühlingshimmels auf, lächelte heimlich über den schnellen Einfall seines Aufwärters und dankte ihm im Herzen für die gute Lehre.

2.2 Die Bedeutung der Redundanz

Übung 8: Redundanz (Variante a)

Den nächsten Text finden Sie dreimal abgedruckt. Er ist so gestaltet, dass Sie für eine Zeile am Anfang fünf, am Schluss nur noch drei Blickpunkte brauchen.

Mit dem,	was Sie	in dieser	zweiten	Einheit
gelernt	und geübt	haben,	ist klar	geworden:
Will man	das	Lesetempo	steigern,	muss
man die	Blickpunkte	beim Lesen	weiter	auseinander
setzen.	Bei	langsamen	Lesern	liegen
sie oft	so nah	beieinander,	dass	sich die
Blickfelder	auf einer	Zeile	überschneiden.	Damit
werden	Teile des	Textes	doppelt	gelesen.
Wenn es	Ihnen	nun	gelingt,	die Distanz
der Blick-	punkte zu	vergrössern,	gehen	dabei
einerseits	keinerlei	Informationen	verloren	und
andererseits	lesen Sie	deutlich	schneller.	
Sie können	die Sprünge	sogar	so gross	machen,
dass Sie	nicht	einmal	mehr	alles
Gelesene	scharf	fokussieren.	Denn Lücken	oder
fehlende Teil-	informationen	können wir	aufgrund	des Sinn-
zusammen-	hangs	oftmals	erschliessen.	Dieses
Phänomen	basiert	darauf,	dass uns	in der
Sprache	wichtige	Informationen	meist	mehrfach
vermittelt	werden.	So wird	zum Beispiel	die Information
«weiblich»	im Ausdruck	«die Köchin»	einerseits	durch den
Artikel,	andererseits	durch die	Endung	des Nomens
angezeigt.	Man spricht	in diesem	Zusammen-	hang von
Redundanz.	Darunter	versteht	man das	mehrfache
Vorhanden-	sein der	gleichen	Information.	Auch die
Schrift ist	redundant.	Das lässt	sich über-	prüfen,
indem man	die untere	Hälfte	einer Zeile	abdeckt.

Gehen Sie jetzt zur Lektüre in einem Buch über und versuchen Sie, das eben Trainierte anzuwenden.

2.3 Fahrtraining für den Alltag

Die Seite für den Lesealltag am Ende jedes Lernschrittes gibt Ihnen Anregungen, wie Sie das Gelernte auf Ihre tägliche Lektüre übertragen können. Probieren Sie die Ideen entspannt und aufmerksam aus. Was Ihnen gefällt, wenden Sie mehrmals an. Tun Sie sich schwer mit einem Übungsvorschlag, dann lassen Sie ihn einfach weg.

– Erster und letzter Blickpunkt

Die einzelnen Blickpunkte auf einer Zeile sind beim eigenen Lesen kaum wahrnehmbar. Einzig der erste und letzte Blickpunkt kann bewusst gesetzt werden. Achten Sie bei der Lektüre darauf, dass Sie den ersten Blickpunkt nicht am Anfang der Zeile, sondern etwa beim 5. Buchstaben setzen – und den letzten Blickpunkt nicht am Zeilenende, sondern etwa 7 Buchstaben vorher. Das Stäbchen oder eine feine Hilfslinie kann Ihnen dabei eine wertvolle Hilfe sein.

– Pendeln

Beim Lesen von Zeitungsspalten reichen oft zwei Blickpunkte. Dadurch entsteht eine Art Pendeln der Augen. Auch diese Pendelbewegung können Sie gut mit dem Stäbchen unterstützen. Dabei ist es wichtig, dass das Stäbchen locker in der Hand liegt.

– So werden Sie zum Zeitungsspalten-Profi

Sobald Sie mit zwei Blickpunkten pro Zeitungsspalte gut vorwärts kommen, können Sie versuchen, die einzelnen Zeilen mit nur noch einem Blickpunkt zu lesen. Beginnen Sie den Text mit zwei Blickpunkten, und sobald Sie erkennen, worum es im Text geht, schauen Sie nur noch auf die Mitte der Zeilen.

– Schriftredundanz

Weil nicht nur die Sprache, sondern auch die Schrift redundant ist, reicht es eigentlich, wenn wir den oberen Drittel einer Zeile wahrnehmen. Achten Sie darauf, dass Sie beim Lesen mit Ihrem Blick nicht der unsichtbaren Linie folgen, auf der die Buchstaben stehen, sondern dem oberen, weniger einheitlichen Zeilenrand. Um sich daran zu gewöhnen, können Sie manchmal eine Seite so lesen, dass Sie mit einem Blatt jeweils die untere Zeilenhälfte abdecken.

Übung 8

Sie finden auf jeder Zeile einen Satz aus drei Elementen. Während Sie die Sätze lesen, sollen Sie innerlich auf drei zählen. Versuchen Sie dabei in einen gleichmässigen Rhythmus zu kommen.

1	2	3
Mona	liebt	Jazz.
Ich	glaube	dir.
Heiss	oder	kalt.
Eine	kurze	Nacht.
Kennen	Sie	Berlin?
Flut	und	Ebbe.
Jetzt	reicht	es.
Ein	harter	Ball.
Rauf	dich	zusammen!
Das	wäre	schön.
Ein	lustiger	Film.
Bleib	bei	mir!

4.2 Grafische Repräsentation

Die Wortbilder sind in unserem Gehirn nicht in einer absoluten grafischen Form abgespeichert, sondern – je nach Erfahrung und Abstraktionsvermögen – in einer Form-Toleranz. Diese Form-Toleranz der grafischen Repräsentation hat zur Folge, dass wir beispielsweise unterschiedliche Schriften lesen können.

Ausserdem hilft Ihnen die Redundanz in Schrift, Grammatik und Inhalt, noch mehr Informationen eines Textes zu erschliessen, die isoliert betrachtet völlig unverständlich wären. So werden Sie beispielsweise die Zahl 513 kaum als Wort decodieren. Das ändert sich, sobald Sie die Übung 5 lesen. Dort erhält die Zahl in einem bestimmten Kontext eine ganz andere Bedeutung.

Übung 4

Im nächsten Text sind verschiedene Schriften verwendet worden. Lesen Sie den Text möglichst schnell und beobachten Sie, wie sich Ihr Lesetempo verändert.

Buchstaben und Wörter speichern wir nicht in einer engen grafischen Repräsentation, *SONDERN MIT EINER GEWISSEN ABSTRAKTIONSBREITE, DIE ES UNS ERMÖGLICHT, verschiedene Handschriften und Druckschriften zu lesen.* Diese Repräsentation kann sich im Laufe der Zeit verändern. **Wenn Sie beispielsweise täglich eine fremde, schlecht leserliche Handschrift lesen müssen,** wird es Ihnen am Anfang noch schwer fallen und Sie werden womöglich den Verfasser um Hilfe bitten müssen. *Im Laufe der Zeit wird es Ihnen aber immer besser gelingen.* WEIL SIE IHR REPERTOIRE AN GRAFISCHEN REPRÄSENTATIONEN EINZELNER BUCHSTABEN, Buchstabenverbindungen und Wörter um jene dieser Handschrift erweiterten.

Wahrscheinlich werden Sie beim Lesen dieses Textes festgestellt haben, dass sich Ihr Lesetempo veränderte, je nachdem wie geläufig Ihnen eine Schrift war.