

# Aufbau Speedreading-Kurs:

## Tag 1:

### Test der anfänglichen Lesegeschwindigkeit

Ein fundierter Ausgangswert ist die Grundlage, um Geschwindigkeits- und Verständnissteigerungen messen zu können. Dabei werden Lesegeschwindigkeit und prozentuales Textverständnis geprüft.

### Aktivierung des visuellen Verarbeitungszentrums des Gehirns

Die Teilnehmer lernen, wie Sie große Wortgruppen sofort visuell erfassen und verarbeiten, ohne die einzelnen Wörter innerlich mitsprechen zu müssen.

### Training der Augenmotorik

Sie erlernen, wie Sie Ihre Augen zielgerichtet so über den Text bewegen, sodass Sie in kürzester Zeit maximale Informationsmengen aufnehmen; gleichzeitig findet eine Entlastung Ihrer Augen statt

### Nutzung des kompletten Sehfelds

Der Blickfokus wird entspannt, sodass man sich nicht auf das Lesen einzelner Wörter beschränken muss.

### Abschließender Lese-Test

## Tag 2:

### Entwicklung einer herausragenden Konzentrationskraft

Konzentration ist alles! Je konzentrierter Sie sind, desto schneller können Sie lesen und arbeiten, desto besser prägen Sie sich neues Wissen ein und desto leichter verstehen Sie auch komplizierte Sachverhalte. Erstaunlich ist allerdings die Erkenntnis, dass der Durchschnittsleser nur ein Viertel seiner potentiellen Konzentrationskraft aktiviert!

Durch gezieltes Training lässt sich die Konzentration auch noch nach dem Seminar deutlich steigern.

### Beschleunigte Informationsverarbeitung durch gezielte Emotionalisierung

Erkenntnisse aus der Neurowissenschaft werden gezielt genutzt, um durch Emotionen Verständnis und Erinnerung zu erhöhen. Auch beim Lesen können Emotionen dafür gezielt eingesetzt werden, wodurch nach und nach auch ein höherer Lesegenuss entsteht.

### Taktiken für ein kontinuierlich wachsendes Textverständnis

Unser Gehirn denkt nicht in einzelnen Worten. Unser Gehirn denkt in erster Linie in Konzepten, Zusammenhängen und Sinneinheiten. Daher ist es oft schwierig für einen Leser komplexe Sachverhalte anhand einer Aneinanderreihung einzelner Worte zu verstehen. Der Leser sieht den Wald vor lauter Bäumen nicht.

Gerade abstrakte und verschachtelte Sätze können Sie als trainierter Leser deshalb leichter verstehen, wenn Sie diese schnell und damit ganzheitlich aufnehmen. Mithilfe der neuesten Erkenntnisse moderner Hirnforschung und spezieller Lese-Taktiken werden Sie ab sofort Ihr Textverständnis fortlaufend erhöhen

Tipps für Schnell-Lesen am PC und abschließender Lese-Test