

Mit 5 einfachen Schritten effektiver lesen!

24. OKTOBER 2016

Kennst du das Problem? Du liest und es bleibt nichts hängen. Irgendwie demotivierend und auslaugend, wenn man „umsonst“ liest...

Das muss nicht so bleiben. Heute zeige ich dir eine Technik, mit der du effektiver und sinnvoller lesen kannst!

Das Problem

Ich persönlich habe früher ein Buch gelesen, spätestens nach einem Tag, manchmal nach einigen Stunden, konnte ich mich an nichts mehr erinnern. Konkrete Ideen, Maßnahmen und Ähnliches, waren sofort wieder weg. Als hätte ich das Buch niemals gelesen. Mir wurde bewusst, dass ich lernen muss, wie man effektiver liest.

Dieses Problem habe ich mittlerweile behoben. Ich zeige dir heute, wie ich es gemacht habe!

Vorweg: Ich rede hier nicht von Romanen. Ich rede hier von Büchern, aus denen man etwas lernen möchte und kann. Biographien, Sachbücher, Ratgeber...

Regel Nummer 1: Du willst lernen, nicht lesen.

Vergiss das „Lesen“ wie du es kennst. Um effektiver zu lesen, musst du anfangen ein Buch in die Hand zu nehmen, um zu lernen! Es wird markiert, beschrieben, geknickt, geblättert, summa summarum, es wird damit gearbeitet.

Regel Nummer 2: Bücher sind kein One-night-stand

„Ja aber ich habe das Buch doch durchgelesen...“ Falsch! Du kannst ein Buch niemals „durchlesen“. Richtig gute Bücher wie beispielsweise „Selbstbetrachtungen“ von Marc Aurel, kann man nicht durchlesen. Du kannst

einen Satz 1000 Mal lesen und ihn möglicherweise erst beim 1001 Mal vollends verstehen.

Beim durcharbeiten eines Buches, musst du versuchen, die Quintessenz herauszuarbeiten, das Denken des Autors, sein Empfinden, seine Ansichten zu verstehen. Ein Buch kann dir das erste Mal nicht gefallen. Beim zweiten Male realisierst du möglicherweise, dass es doch gar nicht so schlecht ist, da du es auf eine andere Weise verstehst.

Ein gutes Buch nimmt man immer und immer wieder in die Hand, schaut sich die bearbeiteten Stellen an und lernt erneut daraus. Vergiss also die Einstellung, ein Buch sei nur zum einmaligen Gebrauch!

Es ist wie mit dem Film, den du das zweite Mal schaust. Beim zweiten Mal fallen dir Dinge auf, die dir beim ersten Mal anschauen, komplett entgangen sind.

Regel Nummer 3: Trenn die Spreu vom Weizen

Lese nur effektiv, was sich auch zu lesen lohnt! Es gibt Millionen Bücher, die es nicht wert sind, auch nur eine Sekunde lang gelesen zu werden. Verschwende deine Zeit nicht mit dem Müll, lass andere die Arbeit für dich machen. Lass sie den Müll aussortieren! Glücklicherweise bringt das Prinzip von Angebot und Nachfrage die Perlen der Literatur nach vorne.

Schau dir Bestsellerlisten an, greife zu Büchern, die es in mehreren Auflagen und Versionen gibt, die als Taschenbücher verkauft werden. Das sind meist Garanten dafür, dass diese Bücher zumindest einige wertvollere Informationen haben. Es ist jedoch kein 100% Merkmal. Schau dir immer kritisch an, ob wertvolle Informationen enthalten sind. Auch in Bestsellerlisten schleichen sich ab und zu schlechte Bücher.

Sehr gute Quellen sind die [Amazon-Bestenlisten](#), in denen du für allen Kategorien die Bestseller findest und gleichzeitig noch Bewertungen für die einzelnen Bücher. Schnell kann man sich auf diese Weise ein Bild davon machen, was einen erwartet.

Zudem: Schau dich in deiner Fachrichtung um. Du interessierst dich für Informatik? Dann lese in Foren, Blogs und Zeitschriften, was berühmte, erfolgreiche Personen in dieser Branche für Bücher empfehlen.

Oft findet man von sehr berühmten und erfolgreichen Personen wie zum Beispiel Bill Gates, eine Liste der Bücher, die ihn inspiriert haben. Auf diese Weise gräbt man immer wieder kleinere Schätze aus, die nie die Anerkennung gefunden haben, die sie verdienen.

Falls du auf die schnelle Bücher suchst, die dich weiterbringen, kann ich dir „**Meine Top 10 Bücher Persönlichkeitsentwicklung**„ nur ans Herz legen!

Fangen wir an!

Was du benötigst: Einen Textmarker, ein Blatt Papier/Heft, einen Kugelschreiber oder Bleistift und ausreichend Licht.

Mein Tipp: Leg dir ein Notizbuch für das Lesen an. In dieses schreibst du sämtliche Erkenntnisse aus den folgenden 5 Schritten!

Schritt 1: Bevor du anfängst zu lesen

Blättere durch das Buch. Schau dir das Inhaltsverzeichnis an. Blättere durch die einzelnen Kapitel. Achte auf Wörter, die dir sofort ins Auge springen. Wie strukturiert der Autor sein Buch? Setzt er die wichtigsten Infos an den Anfang oder ans Ende? Was setzt er voraus? Was erklärt er? Kennst du schon bestimmte Themen?

Versuche ein Verständnis für die Art und Weise zu gewinnen, wie das Buch aufgebaut ist. Versuche auch zu verstehen, wie der Autor denkt. Oft spielen seine Ansichten, politische und religiöse Einstellungen eine Rolle. Lies deswegen auch immer den Klappentext über den Autor, seine Referenzen etc..

Markiere dir in diesem Schritt die Kapitel, die dich besonders interessieren könnten und streiche die Kapitel durch, von denen du 100% sicher bist, genügend gelesen zu haben.

(Dieser Schritt nimmt wahrscheinlich 5 bis 10 Minuten in Anspruch.)

Schritt 2: Beginne zu lesen

Markier dir die Schlüsselwörter wichtiger Informationen im Text. Wenn du sie als besonders wichtig erachtest, markiere die Seite mit einem Stern in der Ecke oder knicke sie. Auf diese Weise arbeitest du nun ein Kapitel/Unterkapitel durch.

Effektives Lesen bedeutet, mit dem Buch arbeiten! Keine Scheu, verunstalte es ruhig.

Schritt 3: Rekapitulieren

Sobald du mit dem ersten Kapitel fertig bist, legst du den Stift beiseite und blätterst noch einmal durch das Kapitel. Schau dir die markierten Stellen an. Lies sie dir noch einmal durch. Ist es wirklich wichtig was du markiert hast? Ist es vielleicht noch wichtiger als du dachtest? Lies effektiv nur die Stellen, die du bearbeitet hast.

Schritt 4: In eigene Worte fassen

Nun versuche das Kapitel in Worte zu fassen. Wenn du jemandem erklären müsstest, wovon das Kapitel gehandelt hat und was die Kernaussagen sind, wie würdest du ihm das erklären? Fasse kurz und sinnvoll zusammen. Drei Sätze sollten hier normalerweise ausreichen.

Wir Menschen können wesentlich effektiver lernen und lesen, mit der Einstellung, das Thema jemandem beibringen zu wollen. Ganz nach dem Motto:

Wenn du es nicht einfach erklären kannst, hast du es nicht gut genug verstanden.

Albert Einstein

Schritt 5: Notizen

Abschließend notierst du dir auf einem Blatt Papier oder in einem Notizbuch, die wichtigsten Aussagen, Zitate, Ideen. Diesen Schritt mache ich gerne mit zeitlichem Abstand. Ich arbeite das Buch durch, gewinne eine Woche Abstand, und notiere mir erst dann die wichtigsten Aussagen.

Oft versinkt man im Buch und findet jede Aussage irgendwie passend, eine Woche später kann man das Ganze ein wenig nüchterner betrachten.

Zusatzschritt: Lerne Speedreading

Effektiveres Lesen kannst du ebenfalls erreichen, indem du deine Geschwindigkeit erhöhst, mit der du liest. Speedreading ist eine geeignete Methode. Es gibt viele Bücher zu dem Thema. Ebenso bieten Volkshochschulen entsprechende Kurse an, zu relativ günstigen Preisen.

Mit dieser Basis kannst du die vorherigen fünf Schritte noch wesentlich schneller und effektiver ausführen.

Abschließende Worte

Du kannst nun jedem erklären, worum es in dem Buch geht. Du verstehst das Buch. Gleichzeitig hast du die für dich wichtigsten Ideen zusammengefasst, jederzeit abrufbar.

Dein Leseverständnis wird bei regelmäßiger Anwendung auf ein komplett neues Level gehoben!

Greife immer mal wieder zu der Lektüre, lasse dich inspirieren und möglicherweise gewinnst du gänzlich neue Erkenntnisse.

Das waren meine fünf Schritte für effektiveres Lesen! Wende sie an und lese effektiver als jemals zuvor!

Wirst du es ausprobieren oder kennst du bessere Techniken, effektiv zu lesen?