

Effektives Lesen

Das Verstehen wissenschaftlicher Texte ist eine Grundvoraussetzung für ein erfolgreiches Studium, denn ohne eine gute und effektive Lesevorbereitung gelingt der Übergang vom Lesen zum wissenschaftlichen Schreiben nicht.

Vor dem Lesen

1. **Einstimmung:** Bevor Sie mit dem Lesen und Bearbeiten eines Textes beginnen, sollten Sie sich zuerst auf den Leseprozess einstellen. Durch vorgeschaltete **Konzentrations- und Entspannungsübungen** erreichen Sie eine entspannte Wachheit, die Sie aufnahmefähig für die Informationen und die Textverarbeitung macht. (Beispiel: Schließen Sie die Augen und zählen Sie langsam von 20 rückwärts. Ballen Sie dabei Ihre Hände zu Fäusten und öffnen Sie sie wieder.)

2. **Leseziel bestimmen:** Weiterhin sollten Sie im Vorfeld Ihr Leseziel bestimmen, da nur eine klare **Zielsetzung** zu einem optimalen Ergebnis führt. Formulieren Sie **Fragen an den Text** und fixieren Sie diese schriftlich (z.B. ausgerichtet auf die Fragestellung Ihrer Hausarbeit). Aktivieren Sie Ihr **Vorwissen**, um den Text in den wissenschaftlichen Kontext einordnen zu können.

Folgende Fragen helfen Ihnen dabei, Ihr Vorwissen zu aktivieren:

- Was weiß ich über den Autor/die Autorin?
- Was weiß ich über das Thema?
- Wie lässt sich der Text in den Gesamtkontext meiner Arbeit einordnen?
- Welche Informationen erwarte ich von diesem Text?
- Wie ist der Argumentationsaufbau?

3. **Überblick verschaffen:** Erfassen Sie den Text in seiner Gesamtheit und sichten Sie alle schnell erfassbaren Informationen (Inhaltsverzeichnis, Einleitung, Klappentext usw.). Um welche Art von Text handelt es sich (Monographien, Artikel aus einem Sammelwerk, Zeitschriftenartikel etc.)? Welche Informationen möchten Sie herausfiltern? Passen Sie Ihren Lesestil (kursorisches, selektives, detailliertes Lesen) entsprechend dem Leseziel an.

- **Kursorisches Lesen:** Erfassen der wesentlichen Informationen und wichtigsten Gedankengänge im Text
- **Selektives (auch: selegierendes) Lesen:** Erfassen der Informationen, die für die Beantwortung von bestimmten Fragen wichtig sind (z.B. Fahrplan, Namen, Stichwörter)
- **Detailliertes (auch: totales, intensives) Lesen:** Verstehen aller Informationen, Verstehen der Textaussage

4. **Selbststeuerung:** Steuern Sie Ihren Leseprozess bewusst. Schätzen Sie die Bearbeitungszeit und den Bearbeitungsaufwand ab. Dabei sollten Sie sich stets auch mit möglichen Schwierigkeiten, die bei der Textbearbeitung auf Sie zukommen könnten, auseinandersetzen: Habe ich alle Unterlagen und Materialien, die ich für die Bearbeitung brauche, z.B. Lexika und Wörterbücher, weiterführende Literatur? Planen Sie ausreichende und regelmäßige **Pausen** ein.

Während des Lesens

Das Lesen von (wissenschaftlichen) Texten sollte, um effektiv zu sein, als **aktiver Prozess** gestaltet werden. Dies bedeutet, dass **neues und bereits vorhandenes Wissen** miteinander in Beziehung gesetzt werden. Dadurch werden die Inhalte gefiltert und nur das auf die Fragestellung hin Relevante bearbeitet, markiert und herausgeschrieben. Ungefiltertes Lesen führt oft dazu, dass alles markiert oder rausgeschrieben wird und der Text so für eine weitere Bearbeitung unbrauchbar ist.

Nach dem Lesen

Auch für die Nachbereitung des Lesens sollte genügend Zeit eingeplant werden. Fassen Sie den Text erneut mit Ihren eigenen Worten zusammen. So wird sichergestellt, dass Sie den Text auch wirklich verstanden haben. **Verdichten** Sie die Inhalte und stellen Sie **Zusammenhänge** her. Nur durch gezielte Lesetechniken und –strategien kann der Text effektiv verarbeitet werden, ins Langzeitgedächtnis übergehen und als Grundlage für eine schriftliche Arbeit dienen.

Techniken zur Textverdichtung:

Mindmap: eine graphische Form der Textdarstellung, die sich besonders eignet, wenn man sich einen Überblick über den Inhalt, die Struktur und die Zusammenhänge verschaffen will.

Exzerpt: eine dem eigentlichen wissenschaftlichen Text vorgeschaltete Textsorte, die die wichtigsten Inhalte, Gedankengänge, Zitate sowie eigene Kommentare enthält. Es eignet sich besonders, wenn der Text als Grundlage für eine wissenschaftliche Arbeit dient und vom Lesen zum Schreiben führen soll.

Checkliste / Tipps

- Wählen Sie den passenden Lese- und Schreibort und achten Sie dabei auf optimale Lichtverhältnisse, schalten Sie Störquellen (Lärm, Ablenkungen etc.) aus.
- Schalten Sie Konzentrationsübungen vor, um sich auf das Lesen einzustimmen.
- Erhöhen Sie Ihr Lesetempo. Zu langsames Lesen unterfordert Gehirn und Augen, man lässt sich leichter ablenken, die Gedanken schweifen ab und die Konzentration lässt nach.
- Machen Sie regelmäßig Pausen. Die optimale Lesedauer beträgt 15 bis 20 Minuten, danach sollten Sie sich eine kurze Entspannung gönnen.
- Lesen Sie regelmäßig wissenschaftliche Texte („Sprache tanken“).

Quellen/Weiterführende Literatur:

Kruse, Otto (2010): Studieren, aber richtig - Lesen und Schreiben. Der richtige Umgang mit Texten im Studium. 1. Aufl. Stuttgart: UTB (UTB, 3355).

Stickel-Wolf, Christine; Wolf, Joachim (2001): Wissenschaftliches Arbeiten und Lerntechniken. Erfolgreich studieren - gewusst wie! 1. Aufl. Wiesbaden: Gabler.

Schreibtrainer der Universität Duisburg-Essen: Vgl. <http://www.uni-due.de/~lge292/trainer/trainer/start.html>

Arbeitsblatt erstellt von Carmen Neis / Schreibzentrum des ZfbK