

7 simple strategier

til dig, der vil være en hurtig og effektiv læser



1. Find motivationen

Det er med læsning, som med alt muligt andet: Hvis du er motiveret, går det hele meget nemmere. Din indstilling til læsningen og det emne, teksten behandler, er afgørende for, hvad du får ud af læsningen. For at finde den indre motivation, kan du fx spørge dig selv: ”Hvad er gaven i den her tekst?” ”Hvad giver den mig?” ”Hvad er jeg i stand til at gøre/være/forstå, når jeg har læst teksten?”

2. Udnyt din hjernes potentiale

Det er bevist, at vi bruger begge hjernehalvdele, når vi læser. Venstre hjernehalvdel bearbejder ord, sprog og detaljer, mens den højre hjernehalvdel omsætter disse ord og sætninger til indre billeder og meningshelheder. Ved at træne dit vigtigste læseinstrument, øjet, og stimulere begge hjernehalvdele i din hverdag, fx ved at tegne/synge/spille og læse/skrive/rægne, kan du forøge din hjernens samlede præstationer mange gange og udnytte dit mentale potentiale.

3. Læs flere ord af gangen

Øjet er blindt under bevægelse, og kan kun fokusere, når det er i ro. Derfor giver det god mening at bevæge øjet så lidt som muligt i læsningen, men til gengæld udnytte øjets spændvidde bedre. Det gør du ved at træne dine øjne til at spænde over flere ord af gangen. Man siger, at den langsomme læser har mange stop pr. linje, den hurtige læser har få stop pr. linje. Hvem vil du helst være?

4. Gå ikke tilbage i teksten

Mange af os har udviklet en dårlig vane med at bevæge øjnene tilbage i teksten, mens vi læser. Det betyder, at vi læser dele af teksten flere gange, og det er indlysende, at det nedsætter den samlede læsehastighed. Du kan undgå disse tilbagehop i teksten, regressioner kaldes de, ved at skjule læst tekst og stole på, at din hjerne *har* fået fat i de centrale meningshelheder.

5. Begræns din indre stemme

Langsom læsning skyldes ofte, at der læses med primært venstre hjernehalvdel, hvor talecenteret sidder. Det vil sige, at du læser med en indre stemme (subvokalisering), og derved ikke kan læse hurtigere end du kan nå at sige ordene inden i dig selv. Din opgave er derfor at begrænse din indre stemme, og det gør du bl.a. ved at sætte farten op, når du registrerer, at du ”taler med”.

6. Stil spørgsmål til teksten, når du læser

Hjernen keder sig ofte bravt, mens vi læser. Den kan tænke på titusinde andre ting, fordi selve læsningen ofte går for langsomt, og fordi vi ikke er aktive og nysgerrige nok under læsningen. Du kan træne din koncentrationsevne og dit fokus ved at fyre løs med åbne spørgsmål (hv-spørgsmål) undervejs i læsningen. Hav gerne en holdning, der hedder: ”Enhver tekst er svar på et spørgsmål!” Det vil også hjælpe dig med at genkalde teksten på et senere tidspunkt.

7. Find ud af, hvordan du husker bedst

Nogle husker bedst læst tekst ved at repetere den højt for sig selv; andre skal tage notater eller lave mind maps for at huske. Nogle skal relatere teksten til andet kendt stof, og andre skal prøve teorierne i stoffet af, for at forstå. Kend dig selv, og vid hvad der virker bedst for dig.