

LESEN AM BILDSCHIRM

Schneller Lesen besser verstehen

DER KLASSIKER VON
IMPROVED READING:



Lesen im Büro findet inzwischen fast ausschließlich am Bildschirm statt. Das ist anstrengender als das Lesen vom Papier und liefert schlechtere Ergebnisse in Bezug auf Verständnis und Merkfähigkeit. Die Übungen in diesem Training wurden entwickelt, um das sinnentnehmende Lesen am Bildschirm zu erleichtern und zu beschleunigen. Die Teilnehmenden arbeiten praxisnah direkt am Computer auf einer speziell für diesen Workshop entwickelten Lern-Plattform.

Effizientes Lesen umfasst zwei Aspekte: Die richtigen **Blickprozesse und flexible Lesestrategien** für die jeweils passende Herangehensweise an unterschiedliche Texte. Im Kurs trainieren Sie die Augen, sich in jeder Zeile dynamisch nach vorn zu orientieren und dabei größere Wortgruppen, d.h. mehrere Wörter zugleich aufzunehmen. So werden Sie schneller das Relevante erkennen, Ihr Tempo angemessen variieren und unterschiedliche Lesestrategien einsetzen können.

Beim **Lesen am Bildschirm** spielen zudem weitere Faktoren eine Rolle. Bewusster und schonender Umgang mit den Augen als „Arbeitswerkzeug“ beugt Ermüdungserscheinungen, Konzentrationsproblemen und ggf. gesundheitlichen Schäden vor. Zudem helfen einfache Tipps und Tricks Leseaufgaben am Bildschirm leichter zu bewältigen.

Kursnutzen:

- Mit effizienten Lesetechniken **Zeit gewinnen und das Textverständnis verbessern**
- Inhalte **beim Bildschirmlesen leichter, konzentrierter und nachhaltiger** aufnehmen
- Durch die Informationsflut bedingten **Stress abbauen**
- Leichter **Transfer in den Arbeitsalltag**, denn alle Übungen finden direkt am Bildschirm statt



Kursinhalte:

- Erfassen der bestehenden Lesefertigkeiten (individueller Ausgangsstatus)
- Erkennen hinderlicher, d.h. ineffizienter Lesegewohnheiten
- Übungen zum Abbau der drei Hauptlesefehler und Einübung effizienter Lesetechniken
- Flexible Lesestrategien
- Tipps und Tricks für das Lesen am Bildschirm
- Abhängigkeiten zwischen Lesetechnik und Konzentration bzw. Merkfähigkeit; Hinweise zur Optimierung dieses Zusammenspiels
- Regelmäßige, motivierende Tests, bei denen die Teilnehmer für sich selbst ihre Fortschritte während des Kurses ermitteln
- Bleib-dran-Plan und Alumni-Website mit Transfer-Übungen für Nachhaltigkeit des Trainings und Anwendung im Arbeitsalltag