Speed Reading

Schnelles Lesen, schnell trainiert

Seminarziele

Durch schnelles Lesen kann man die Informationsaufnahme erheblich steigern. Das Überangebot an Informationen wird durch Schnell-Lese-Techniken beherrschbar. Die wichtigsten, in der Praxis wirksamen Schnell-Lese-Techniken, werden dargestellt und praktisch eingeübt. Ergänzend werden aktuelle, KI-gestützte Methoden als Impulse vorgestellt, die dabei helfen, Lesestrategien zu optimieren und relevante Informationen noch gezielter zu erfassen.

Programminhalte

- Informationen aktiv aufnehmen
- Wie formuliere ich Fragen an den Text?
- Wo liegen meine Prioritäten?
- Geplantes Nicht-Lesen
- Die Vorbereitung und mentale Einstellung auf den Lese-Text
- Wie gestalte ich meine Lese-Pausen?
- Schnelles Lesen und intensive Aufnahme des Textes schließen sich nicht aus
- Warum kann das Gehirn viel mehr Informationen aufnehmen, als wir vermuten?
- Die 3-2-1-Methode
- Die Entspannungsübungen beim Lesen
- Die Bedeutung der Fixation beim Lesen
- Die Erfassung von ganzen Wortgruppen
- Die Erfassung von Sinneinheiten
- Was behindert das schnelle Lesen? (z. B.: Mitsprechen, das Überlesen von wichtigen Worten, etc.)
- Die Bedeutung des lauten Vorlesens
- Warum werden 70 - 80% des Wissens über Texte aufgenommen?.

Methodik

Trainerinput Moderierte Übungssequenzen Erfahrungsaustausch und Diskussion Simulation von Alltagssituationen Praxisbeispiele

Zielgruppe

Das Seminar "Speed Reading" wendet sich an Fach- und Führungskräfte, die in kürzester Zeit schneller lesen lernen möchten.

Seminarcode

AO3003

Teilnehmer

maximal 9 Personen

Seminarzeiten

1. Tag: 10:00 - 17:00 Uhr
2. Tag: 09:30 - 16:00 Uhr

Ort & Termine

Münster

05.03.2026 – 06.03.2026
04.05.2026 – 05.05.2026
09.11.2026 – 10.11.2026

Seminargebühr

1.200,00 € (zzgl. MwSt.)
1.428,00 € (inkl. MwSt.)

Im Preis inbegriffen: Arbeitsunterlagen, Teilnahmezertifikat und Mittagessen.