

Snabbläsning

- vägen till effektivare läsning

av

Niklas Johansson

Bokstavligt förlag

© Niklas Johansson 2003 - 2005

Bokstavligt förlag: <http://www.bokstavligt.com/>

information@bokstavligt.com

Tryck: Books-on-Demand, Visby

Distribution: <http://www.books-on-demand.com/>

ISBN: 91-974895-0-6



Kapitel 1

Varför snabbläsning?

Hur skulle ditt liv påverkas om du kunde läsa dubbelt så fort? När jag talar om snabbläsning är det många som frågar vad det ska vara bra för att kunna läsa snabbt. De tycker att de läser lagom snabbt och att det inte finns någon anledning att stressa när man läser. Jag ska förklara varför jag tycker att snabbläsning är så fantastiskt, så får du avgöra själv vad du tycker.

Livet handlar till stor del om att lära sig saker. Krypa, gå, springa, cykla, läsa, räkna och så vidare. Läsning är nyckeln till en stor del av all annan kunskap. Från det att vi har lärt oss att läsa är läsning en förutsättning för nästan alla andra skolämnen. Svenska, engelska, matematik, fysik, kemi, biologi, historia, geografi, samhällskunskap, och så vidare. Den som inte lär sig att läsa ordentligt får mycket svårt att lära sig många andra saker också. Att inte kunna läsa alls är ett stort handikapp. På de flesta arbetsplatser krävs det att man kan läsa och många måste läsa mycket för att hålla sig à jour. Den som, å andra sidan, kan läsa snabbt har stora fördelar av det.

”Snabbläsning” är på sätt och vis ett dumt ord. Det handlar om *effektiv* läsning. Att jag och många andra kallar det för snabbläsning har att göra med att snabbhet är vad de flesta vill uppnå. Snabbläsning är egentligen ”smart” läsning. Med teknikerna för snabbläsning tar du bättre tillvara de möjligheter ögonen och hjärnan erbjuder. Traditionell läsning är ineffektiv. Vem vill vara ineffektiv när det finns möjlighet att vara effektiv?

Att läsa snabbt ger valmöjligheter. Du kan välja mellan att läsa mer eller att få tid över till någonting annat.

Jag ska ta död på en myt:

Ju långsammare och noggrannare du läser, desto mer förstår du.

Många tror att det är så. Det är inte sant. Det är faktiskt precis tvärt om. Hur ofta har du inte kommit på dig själv med att inte ha en aning om vad du läste senast? Då är det bara att gå tillbaka och läsa om. Det är inte ovanligt att mellan en halv och en hel sida har passerat framför ögonen utan att man medvetet har registrerat vad som står där. Det är inte särskilt effektivt. Genom att öka hastigheten minskar du risken för att tankarna vandrar iväg.

När du läser långsamt har hjärnan tråkigt och börjar tänka på annat. Enligt Tony Buzan, författare till bland annat ”The Speed Reading Book”, arbetar hjärnan betydligt bättre vid läshastigheter över 400 ord per minut. Då börjar läsningen

bli effektiv. Vid låga hastigheter blir hjärnan understimulerad. Att det känns som om du förstår väldigt lite när du börjar snabbläsa beror inte på att det går för fort. Det är ovanan. Med relativt lite träning kommer du att kunna läsa kanske dubbelt så fort som med traditionell läsning. Många som lär sig snabbläsa lyckas med tiden flerfaldiga sin läshastighet. Det gjorde jag. Jag läste långsammare än de flesta när jag började.

Högre läshastighet ger högre läsförståelse. Vid snabbläsning ska du inte förstå mindre av det du läser, för då har du misslyckats. Du ska förstå lika mycket eller mer. Det beror på hur du läser innan du börjar snabbläsa. Full läsförståelse brukar man säga att man har om man förstår och kommer ihåg 70–80 procent av det man har läst¹. Det är däromkring du ska ligga även när du snabbläser. När jag säger det här, händer det att någon säger att de läser jättenoga och att de har en läsförståelse på uppåt 90 procent. Ofta visar det sig att de läser varje mening flera gånger för att verkligen förstå den. Då har de ju egentligen inte läst texten en gång, utan flera. Om man läser en text flera gånger med snabbläsning höjer man också läsförståelsen.

Jag tror inte att någon vill läsa ineffektivt. Därför tror jag också att de flesta har mycket att vinna på att lära sig snabbläsningsteknik.

Nu hoppas jag att du förstår varför jag tycker att snabbläsning är bra och att du vill bli snabbläsare. Läs vidare i så fall. Snabbläsning kan förändra ditt liv!