

NewBusinessLine

REDLINE

Gerhard Hörner

Professionelles Speed Reading

**Maximale Lesegeschwindigkeit -
minimaler Aufwand**

Vorwort	5
Teil 1 Eine Einführung	i
Warum professionelles Lesen heute wichtiger ist denn je	8
Lesers Leid, Lesers Freud.	10
Geschichte des Speed Reading.	11
Hitliste prominenter Hochgeschwindigkeitsleser.	12
Teil 2 Wie Sie Ihre Augen schulen.	15
Ihre wunderbaren Augen.	16
So trainieren Sie Ihre Augen.	17
Lesetest eins.	22
Teil 3 Welche Voraussetzungen Ihr Lesetempo steigern.	29
Was bedeutet Lesen?.	30
So schaffen Sie optimale Lesebedingungen.	31
Lesen am Computer: Ein ganz spezielles Kapitel.	33
Gute und schlechte Lesegewohnheiten.	35
Lesegewohnheiten: Übungen.	39
Teil 4 Wie Sie sich optimal konzentrieren.	41
So steigern Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit.	42
Konzentrations-Förderer.	43
Konzentrations-Killer.	44
Konzentrations-Training.	45
Lesetest zwei.	52
Teil 5 Welche Lese-Techniken Sie weiterbringen.	59
Technik-Übungen: Lesen Sie mit Schwung!	60
Mehr aufnehmen, mehr behalten: Texte durchsehen und überfliegen.	64
Wahrnehmungsübungen.	66
Tempoübungen.	71
Lesetest 3.	72
Teil 6 Wie Sie mit Mind Mapping vernetzt denken lernen.	79
Mind Mapping: Kreativer lesen, vernetzt denken, besser verstehen.	80

Teil 7 Welche Möglichkeiten Ihnen Photo Reading bietet.83
Photo Reading: Eine ganz spezielle Schnell-Lesemethode.84
Test: Sind Sie ein Photo-Reading-Typ?.86
Fünf Schritte zum perfekten Photo Reader: 1. Einstimmen.87
Fünf Schritte zum perfekten Photo Reader: 2. Überblick.88
Fünf Schritte zum perfekten Photo Reader: 3. Photo Lesen.89
Fünf Schritte zum perfekten Photo Reader: 4. Aktivierung.90
Fünf Schritte zum perfekten Photo Reader: 5. Rapid Lesen.91
Literaturverzeichnis.93