

Prisma Taalbeheersing

Snellezen

Lees beter, lees sneller

Bert Ruck

prisma

Inhoudsopgave

Inleiding: snellezen, luxe of noodzaak?	7
1 Lezen, hoe gaat dat in zijn werk?	11
2 De leesteknik verbeteren	25
Intermezzo: skimmen	43
3 Het leesproces	47
4 Oriënterend lezen	57
5 Het leesdoel bepalen	69
6 Het daadwerkelijke lezen	81
7 Lezen en onthouden	95
8 Tot slot; over beeldschermen, 10.000 woorden per minuut en meer	109
Antwoorden, uitwerkingen en tabellen	119
Aanbevolen Literatuur	125
Bronnen	127

Inleiding: snellezen, luxe of noodzaak?

Dit boek is bedoeld voor de pure plezierlezers, de 'noodzaaklezers' en de lezers die buiten de verplichte vak- of studieliteratuur ook nog wel eens voor hun plezier een boek of tijdschrift willen pakken. Kortom, voor iedereen die sneller én beter wil leren lezen. Hoewel er mensen zijn die tevreden zijn over hun eigen leessnelheid, vinden de meesten dat die eigenlijk hoger zou moeten. Als iemand voor de lol leest, dan maakt het niet zo veel uit in welk tempo dat gebeurt. Wanneer iemands een spannend boek leest, dan wil hij daar - liefst genesteld in een luie stoel, drankje ernaast - gewoon van genieten. Het ene boek gaat nu eenmaal wat sneller dan het andere.

Lezen voor studie of werk

Voor mensen die voor hun werk of studie veel zakelijke teksten moeten lezen, is het echter noodzaak dat ze over een behoorlijk leestempo beschikken. Dat is handig bij de voorbereiding op een tentamen, of het lezen van ander materiaal dat haast heeft. De stapel nog door te nemen literatuur kan demotiverend hoog zijn en de beschikbare tijd beperkt. Een bijkomend voordeel voor plezierlezers die hun thrillers, romans of interessante artikelen eerder uit hebben is dat ze méér kunnen lezen in dezelfde tijd. En, ook niet onbelangrijk: ze gaan zo af en toe wél op tijd slapen.

Lezen voor je plezier

Het kan daarom prettig voor u zijn als u kranten, tijdschriften en romans sneller kunt lezen. Toch is het zo dat u aan een spannende detective niet minder plezier zou beleven als u die twee keer zo snel zou lezen als nu het geval is. Snellezen, met de goede techniek, is namelijk iets anders dan gehaast of oppervlakkig lezen. Integendeel, het blijkt dat snelle lezers er juist meer aardigheid in hebben, omdat ze een veel effectievere manier gebruiken om tekst te begrijpen.

Leren snellezen loont de moeite

Een plezierlezer kan risicoloos zijn eigen leestempo kiezen, maar dat is anders voor degene die veel zakelijke teksten moet lezen. Een scholier of student heeft tegenwoordig een hoge studiedruk, hij moet zijn tijd nuttig indelen en het is zonde als hij tijd weggooit, omdat zijn leestehniek niet optimaal is. Op de werkplek kan langzaam lezen zo veel tijd opslokken, dat het ten koste gaat van de andere werkzaamheden.

Lezen kunnen we allemaal, of toch niet?

Als u het tot hier heeft gebracht in dit boek, mag u met recht en reden stellen dat u kunt lezen. Ook zal het u weinig moeite hebben gekost de inhoud en strekking van de vorige paragraaf te achterhalen. We hebben immers geleerd dat het daarom gaat bij lezen: als je van een tekst de hoofdlijnen kunt reproduceren, mag je stellen dat je hem begrepen hebt. Dat was ook de manier waarop leesvaardigheid op school werd getoetst. Je kreeg een tekst te lezen en vervolgens moest je daar een aantal vragen over beantwoorden. Waren de meeste antwoorden correct, dan zat het wel goed met je leesvaardigheid.

Begrip is inderdaad een belangrijke maatstaf bij het beoordelen van iemands leesvaardigheid, maar zeker niet de enige. Lezen laat zich wat dit betreft goed vergelijken met autorijden. We stappen doorgaans in de auto om ons van het ene naar het andere punt te verplaatsen, bijvoorbeeld van Amsterdam naar Rotterdam. Je kunt zeggen dat de autorit effectief is wanneer we ons doel bereiken, dus wanneer we arriveren in Rotterdam.

Betekent het feit dat iemand arriveert op de plaats van bestemming ook dat hij een goede chauffeur is? Eén dag autorijden op de Nederlandse wegen levert het overtuigende bewijs van het tegendeel. Bestuurders houden zich niet aan de verkeersregels, ze blijken - gezien al het draaien en keren - regelmatig te verdwalen en hebben een rijstijl die onnodig veel benzine kost. Hoewel de meeste bestuurders wel aankomen op de bestemming, laat de manier waarop ze dat doen vaak te wensen over. Met andere woorden, de *efficiëntie* is vaak wel voor verbetering vatbaar.

Wat voor autorijders geldt, gaat ook op voor lezers. Het lezen zou vaak wat soepeler kunnen, met minder omwegen, gericht op het doel af. We kunnen inderdaad allemaal lezen, als je 'lezen' opvat als: het in staat zijn de betekenis van geschreven woorden, zinnen, paragrafen en hoofdstukken te achterhalen. Maar kijk je ook naar de wegen die daarbij bewandeld worden, dan moet je constateren dat er voor iedereen verbeteringen mogelijk zijn.

Als je 'lezen' opvat als: het efficiënt verwerken van geschreven taal, kun je concluderen dat iedereen kan lezen, maar eigenlijk ook weer niet.

Opzet en gebruik van het boek

Dit boek is zo geschreven dat u in uw eigen tempo kunt leren sneller en beter te lezen. U zult er daarom veel oefeningen in vinden; de theorie hebben we tot het hoogstnodige beperkt. Wilt u echt goede resultaten boeken, dan raden wij u aan alle oefeningen uit te voeren. Bij elke oefening staat een instructie. Probeer u zich daar zo veel mogelijk aan te houden.

Het boek is als volgt opgebouwd:

In het eerste hoofdstuk, 'Lezen, hoe gaat dat in zijn werk?', wordt uitgelegd wat lezen precies is. Wat is daarbij de rol van onze ogen en wat doen onze hersenen? Het hoofdstuk besluit met een toets om te bepalen wat uw huidige leessnelheid is.

In hoofdstuk 2, 'De leestechniek verbeteren', wordt een start gemaakt met het verhogen van uw leessnelheid. Eerst proberen we duidelijk te maken wat de oorzaken zijn van (te) langzaam lezen; vervolgens krijgt u een paar specifieke oefeningen om uw leestechniek te verbeteren. Uit de tweede leestoets die in dit hoofdstuk staat, zal hopelijk blijken dat u al sneller bent gaan lezen.

Het intermezzo 'Skimmen' behandelt kort een techniek om een tekst als telegram te lezen. Hoe minder u hoeft te lezen, hoe sneller u klaar bent, tenslotte.

Het derde hoofdstuk is getiteld 'Het leesproces'. In dit hoofdstuk beschrijven we de vier ronden die doorlopen moeten worden bij

het lezen van een tekst. Beschouwt u dit hoofdstuk als een inleiding op de volgende hoofdstukken, want daarin worden namelijk deze vier rondes verder uitgediept.

Hoofdstuk 4, 'Oriënterend lezen', gaat over de eerste kennismaking met de tekst. Wat moet u snel te weten komen over een tekst? Waar vindt u die informatie? Wij geven een aantal praktische tips om deze eerste ronde van het leesproces efficiënt te doorlopen. Ook dit hoofdstuk sluit u af met een toets.

Hoofdstuk 5, 'Het leesdoel bepalen', is cruciaal. We proberen u daar op een andere manier naar lezen te laten kijken: lezen als het zoeken van antwoorden op leesvragen die u zichzelf stelt.

In hoofdstuk 6, 'Het daadwerkelijke lezen', zijn we aangeland bij de op één na laatste ronde in het leesproces. Bij het daadwerkelijke of 'eigenlijke' lezen zoekt u de antwoorden op eerder geformuleerde vragen. U krijgt technieken aangereikt om die antwoorden snel te vinden. Aan het einde van dit hoofdstuk treft u de laatste leestoets aan.

Bij hoofdstuk 7, 'Lezen en onthouden', kunt u de markeerstiften tevoorschijn halen. We geven daar onder andere adviezen voor het zinvol markeren van tekstgedeelten. Dat is belangrijk voor de effectiviteit van het lezen.

Hoofdstuk 8 sluit het boek af met wetenswaardigheden over het lezen vanaf beeldscherm en over nieuwe leestechnieken. U krijgt nog een aantal tips en een afsluitende toets.

Aan het einde van het boek vindt u de antwoorden van alle toetsen. Bovendien staan er uitwerkingen van enkele oefeningen. Ook staat er een omreken tabel waarmee u gemakkelijk uw leessnelheid bij een bepaalde oefening kunt opzoeken.

We hopen dat u na het bestuderen van dit boek zult concluderen dat het de moeite waard was om tijd te investeren in het leren snellezen. Daarbij wensen we u alle succes!

1 Lezen, hoe gaat dat in zijn werk?

Er wordt steeds meer bekend over de wijze waarop onze hersenen precies werken. De prestaties en veelzijdigheid ervan zijn indrukwekkend: zelfs de krachtigste computers staan nog altijd in de schaduw van onze hersenen. De adviezen voor efficiënt lezen die u in dit boek aantreft, zijn voor een groot deel gebaseerd op wat we weten over de wijze waarop de hersenen informatie verwerken.

In een notendop beschrijven we in dit hoofdstuk hoe onze ogen (woord)beelden waarnemen en wat de hersenen vervolgens doen met die waarneming. De bedoeling van deze uitleg is dat u het *waarom* van de adviezen beter zult begrijpen. Aan het einde van het hoofdstuk vindt u de eerste leestoets.

Fixeren

We kunnen iets, bijvoorbeeld een woord, alleen zien als onze ogen stilstaan. Al heeft u misschien zelf het idee dat uw ogen bij het lezen over de regels 'glijden', het is niet zo; de ogen *fixeren* zich op (staan stil bij) een woord of een groepje woorden. Zodra de hersenen het woordbeeld herkend hebben, springen de pupillen verder. Als er een video-opname van uw ogen gemaakt zou worden tijdens het lezen, zou u die sprongen kunnen zien. Dat is trouwens een aardig experiment dat met elke videocamera uitgevoerd kan worden.

De werking van de ogen laat zich in dit opzicht goed vergelijken met die van een fototoestel. Net als bij een fototoestel moeten de ogen stilgehouden worden om een (scherpe) 'afdruk' te krijgen. Verder werken de ogen, net als een camera, met een bepaalde 'sluiterijd'. Bij een camera is dat de tijd dat een film belicht wordt. Onze ogen hebben ook een bepaalde tijd nodig om een beeld op te nemen en door te geven; alleen kennen ze wat minder instelmogelijkheden dan een camera. Vrijwel alle mensen hebben ongeveer een kwart seconde nodig om een beeld te herkennen. Dat is de 'universele' sluitertijd waarmee onze ogen werken; de benodigde tijd om een (woord)beeld 'op het netvlies te branden'.

De leessnelheid houdt direct verband met de manier waarop onze ogen opnamen maken bij het lezen. Snelle lezers lezen groepjes van woorden, langzame lezers lezen elk woord afzonderlijk. Het komt er op neer dat een snelle lezer in één oogopslag meer woorden vangt dan zijn tragere collega. En daarom hoeft hij per regel minder vaak te fixeren om hem te kunnen waarnemen.

Ter illustratie zetten we de oogsprongen van verschillende typen lezers onder elkaar.

- Langzame lezer:



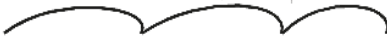
De meubelboulevard trekt op zondag veel kopers van buiten de stad

- Normale lezer:



De meubelboulevard trekt op zondag veel kopers van buiten de stad

- Snelle lezer:



De meubelboulevard trekt op zondag veel kopers van buiten de stad

Doordat de langzame lezer in één blik vaak niet meer 'pakt' dan één enkel woord, moeten zijn ogen veel verspringen (zo'n tien tot twaalf keer) bij het lezen van een regel. De snelle lezer daarentegen hoeft gemiddeld maar vier tot vijf keer te fixeren om een regel te kunnen waarnemen.

Het zal duidelijk zijn dat u een enorme tijdwinst kunt behalen door het aantal fixaties omlaag te brengen. In het volgende hoofdstuk gaat u daarmee oefenen.

De hersenen als verwerkingscentrum

We lezen een tekst in de eerste plaats om er wijzer van te worden, om er informatie uit te halen. Maar hoe ontstaat nu zoiets als 'begrip'? Hoe zet nieuwe informatie zich 'vast' in de hersenen? Aangenomen wordt dat we alleen iets begrijpen, wanneer er een brug geslagen kan worden tussen nieuwe informatie en kennis waarover we al beschikken.

Daarmee is de vraag voor een deel beantwoord, maar erg informatief is dat antwoord nog niet. De totstandkoming van begrip is beter te begrijpen als we ons realiseren in welke *vorm* informatie in de hersenen opgeslagen ligt.

De hersenen zijn geen rommelige lade, waarin alles door elkaar ligt. Onze bestaande kennis is opgeslagen in bepaalde structuren; nieuwe informatie wordt daar op de een of andere manier ingepast. Die structuren worden ook wel *schema's* genoemd; bij de schema's horen *invulplaatsen*.

Schema's beschrijven het voorspelbare; we hebben ze ontwikkeld op basis van ervaringen die we van jongs af aan hebben opgebouwd; het zijn verwachtingspatronen over de *inhoud* van en de *samenhang* tussen gebeurtenissen en handelingen en bijvoorbeeld de opbouw van teksten. Dit is bijvoorbeeld een schema van een restaurantbezoek in woorden, dus in tekstvorm:

- binnen door de voordeur
- jas ophangen
- tafeltje zoeken
- menu bestellen
- etcetera

De invulplaatsen ('jas ophangen', 'tafeltje zoeken') vormen de werkeenheden van het schema. Ze vertonen een min of meer sterke samenhang, zowel voor wat betreft de inhoud als de volgorde. Het zou onlogisch zijn om het schema op de volgende manier uit te breiden:

- binnen door de voordeur
- jas ophangen
- *plafonnetje witten*
- tafeltje zoeken
- menu bestellen
- etcetera

Met andere woorden: ‘plafonnetje witten’ is geen voorspelbare invulplaats van het schema ‘restaurant bezoeken’.

Voor elke specifieke situatie of gebeurtenis is een apart schema denkbaar, en ook voor teksten zijn er schema’s. Ter illustratie geven we hier het schema dat een Ajax-fan onbewust gebruikt bij het lezen van een voetbalverslag in de krant. Het betreft hier dé competitiekraker van het afgelopen weekeinde, Ajax-Feyenoord. De televisie-uitzending van de vorige avond heeft hij gemist; hij weet nog niets van de wedstrijd, zelfs niet de uitslag.

Onbewust activeert hij bij het lezen een schema als het volgende:

Schema: het verslag van een voetbalwedstrijd

Invulplaatsen:

- 1 Wat is de uitslag van de wedstrijd?
- 2 Wie hebben de doelpunten gemaakt?
- 3 Was het een spannende wedstrijd?
- 4 Heeft mijn favoriete spits gescoord?
- 5 Was het veld in goede conditie?
- 6 Etcetera.

Bij het lezen van het verslag is hij er, in technische termen, op uit om de invulplaatsen van dit schema te bezetten. Het resultaat daarvan kan zijn:

Het ingevulde schema:

- 1 1-2.
- 2 Richard Knopper, Peter van Vossen, Jean-Paul van Gastel.
- 3 Ja, de aanvallen gingen over en weer.
- 4 Nee, Machlas was niet eens opgesteld.
- 5 *Geen* informatie over in het verslag.
- 6 Etcetera.

Voor de informatie uit het wedstrijdverslag (de nieuwe informatie) zijn invulplaatsen beschikbaar. Dat is logisch omdat de aanwezigheid van dit type informatie in een wedstrijdverslag zeer voorspelbaar is. De invulplaats over de conditie van het veld wordt echter niet bezet. Dat doet deze invulplaats niet verdwijnen uit het schema; in het volgende verslag staat er wellicht wél weer iets over, zo zal de supporter verwachten. Het is ook denkbaar dat een tekst een nieuw type informatie bevat. Toen bijvoorbeeld in het betaalde voetbal de gele kaart werd ingevoerd, stond er opeens informatie in wedstrijdverslagen die er voorheen niet instond. In zo'n geval wordt de invulplaats 'Zijn er gele kaarten uitgedeeld?' toegevoegd.

Lang niet alle informatie uit een gemiddelde tekst is zo voorspelbaar dat de hersenen er een invulplaats voor aanmaken. Ooit heeft voetbaldoelman Eddy Treytel bij een uittrap een vogel uit de lucht geschoten. De kranten stonden er vol van: *afwijkingen* van een schema vormen het onverwachte, het aardige. Toch zal niemand de invulplaats 'vogel neergeschoten of niet?' aan zijn schema toevoegen. Dat zou er namelijk toe leiden dat je bij het lezen van elk wedstrijdverslag een poging doet om die invulplaats bezet te krijgen. En dat levert een bijzonder laag rendement op.

Snellere lezers zijn betere lezers

Het valt nu beter in te zien waarom snelle lezers ook betere lezers zijn. De snelle lezer krijgt veel eerder een overzicht van de tekst en kan daardoor vlotter de belangrijke informatie selecteren. Doordat hij minder aandacht besteedt aan lidwoorden, bijvoeglijke naamwoorden en voorzetsels is hij beter in staat de invulplaatsen van het (onbewust) gehanteerde schema efficiënt te vullen.

Gemiddelde leessnelheden

Misschien vraagt u zich nu af wat een 'normale' leessnelheid is en wat uw eigen snelheid is. Op de eerste vraag kunnen we een redelijk betrouwbaar antwoord geven; de tweede vraag kunt u zelf beantwoorden na het maken van de toets.

Hieronder staat een tabel afgedrukt van gemiddelde leessnelheden bij teksten van een normale moeilijkheidsgraad. Bedenk wel dat de meting werd uitgevoerd bij mensen die nog nooit een leesvaardigheidskursus hadden gevolgd. Waarschijnlijk verkeerden zij dus in dezelfde situatie als waarin u zich nu bevindt.

<i>Woorden per minuut</i>	<i>Aantal lezers</i>	<i>Percentage</i>
< 200	15	10,2
200-239	51	34,7
240-269	28	19,0
270-299	22	15,0
300-319	12	8,1
320-359	12	8,1
360-399	6	4,2
> 400	1	0,7

Op grond van deze gegevens kun je de belangrijke conclusie trekken dat zo'n 70% van de 'ongetrainde' lezers tussen de 200 en 300 woorden per minuut verwerkt. Van deze groep leest weer de helft tussen de 200 en 240 woorden per minuut.

De kans is natuurlijk groot dat u bij deze 70% behoort. Misschien leest u wat (of veel) sneller, misschien wat langzamer. De volgende toets geeft het antwoord.

Hoe snel leest u?

Deze toets is in de eerste plaats bedoeld om uw huidige leessnelheid te meten. Maar bij lezen gaat het behalve om de snelheid natuurlijk ook om wat u begrijpt van een tekst. Om het leesbegrip te testen volgt daarom na de tekst een tiental vragen.

Om uw leestijd op te nemen heeft u een stopwatch of een horloge met secondewijzer nodig.

Voor de leestoets geldt de volgende procedure:

- Kijk niet naar de tekst vóór de eigenlijke toets begint. Dat zou uw score kunnen vertroebelen.
- Boven en onder de tekst van deze, en alle andere toetsen, staat respectievelijk *START* en *STOP*. Het is de bedoeling dat u bij 'Start' de tijd laat beginnen, vervolgens de tekst leest en de tijd bij 'Stop' weer stilzet. Noteer daarna uw leestijd in seconden.
- Beantwoord daarna de vragen *zonder* naar de tekst terug te kijken.
- Kijk vervolgens hoeveel antwoorden u goed heeft. De goede antwoorden staan achter in het boek. Voor elk goed antwoord krijgt u tien procent; zes goede antwoorden is zo een score van 60%. Vul deze score in de voortgangstabel (pagina 120) in.
- Achterin het boek (pagina 121) vindt u ook de tabel waarmee u uw leestijd tot een snelheid in woorden per minuut (wpm) kunt herleiden. Ook dit getal schrijft u in de voortgangstabel.

De nogal taaie tekst die u gaat lezen komt uit een brochure van de Europese Commissie, *Wegwijzer voor werkzoekenden in de Europese Unie*. De brochure is bestemd voor iedereen die in het buitenland wil gaan werken en informatie wil op het gebied van sociale verzekeringen, rechten en plichten enzovoort. De folder geeft antwoord op de tien meest gestelde vragen op deze gebieden en verwijst door naar andere brochures en voorlichtende instanties.

Leest u de tekst door in uw normale leestempo. Klaar voor de start? Af!

START

Wat zijn mijn socialezekerheidsrechten wanneer ik werk zoek?

U dient er om te beginnen rekening mee te houden dat de socialezekerheidsstelsels in de Europese Unie nog steeds aanzienlijk uiteenlopen: de lidstaten kunnen zelf besluiten wie onder hun wetgeving vallen, welke uitkeringen worden verstrekt en onder welke voorwaarden, hoe deze uitkeringen worden berekend en hoeveel premie hiervoor moet worden betaald.

Voordat u besluit naar het buitenland te gaan, is het van belang te weten waar u verzekerd bent en zult zijn. Volgens de communautaire wetgeving bent u in beginsel in niet meer dan één land tegelijk verzekerd: het land waar u werkt. U heeft recht op alle socialezekerheidsuitkeringen - ziekte, zwangerschap, invaliditeit, pensioen - op dezelfde voorwaarden als de onderdanen van dat land. Ook moet u evenveel premie betalen als de onderdanen van het gastland.

Indien u werkloos bent en werk zoekt, wordt uw werkloosheidsuitkering betaald door het land waar u het laatst heeft gewerkt. Indien u naar het buitenland gaat, kunt u onder bepaalde voorwaarden gedurende drie maanden uw werkloosheidsuitkering ontvangen in de lidstaat waar u werk zoekt:

1. U moet na het begin van uw werkloosheid ten minste vier weken hebben geprobeerd werk te vinden in het land dat uw werkloosheidsuitkering betaalt; en
2. U moet zich niet langer dan 7 dagen na uw vertrek bij het arbeidsbureau van het nieuwe land aanmelden. U geeft het arbeidsbureau formulier E 303, dat u voor uw vertrek moet ophalen bij de bevoegde socialeverzekeringsinstelling van het land dat uw werkloosheidsuitkering betaalt.