

PLUSPUNKTE

IMPULSE FÜR POLITIK- UND POTENZIALENTWICKLUNG

Schnell lesen mit der **SQ3R**-Methode

Die SQ3R-Methode wird weltweit genutzt. Sie steht im Ruf, neues Wissen schnell in das Langzeitgedächtnis zu bringen. Klar ist aber auch, dass der Erfolg nur mit Anstrengung und viel Übung einher geht.

1. **S**urvey (Überblick verschaffen)

Als erstes blätterst du den Text durch. Du nimmst die Überschriften und optischen Elemente wie Grafiken, Tabellen oder Cartoons wahr. So wird ein erster emotionaler Bezug zum Text aufgebaut. Im Vordergrund stehen dabei zwei inhaltsbezogene Fragen: „Worum geht es in dem Text?“ und „Was weiß ich bereits darüber?“. Das vorhandene Wissen wird also aufgerufen und in eine Beziehung zur Erwartungshaltung gegenüber dem Text gebracht.

2. **Q**uestions (Fragen stellen)

Es folgt der logische Kern der Methode. Deine Antworten auf eine Frage dominieren das gesamte Leseverhalten. Die Frage lautet: „Was will ICH wissen, wenn ich diesen Text lese?“ Du definierst den Zweck des Lesens, notierst dir deine textbezogenen Fragen und behältst sie konsequent im Sinn. Deine Fragen helfen dir, dich nicht zu verzetteln.

3. **R**ead (lesen und Notizen machen)

Nun kommt der aufwändigste Teil. Zum Lesen gehören immer Papier und Stift, um die wichtigsten Fakten und ihre Bedeutung aus dem Text heraus zu filtern und handschriftlich zu notieren. (Diese Arbeit kannst du auch am PC umsetzen.)

4. **R**ecite (zusammenfassen)

Im nächsten Schritt gibst du wieder, was du unter 3. notiert hast. Lies deine Notizen **laut** vor. Nicht stumm, nicht leise. So prägst du sie dir besser ein. Dann gönne dir zehn Minuten Pause. Dein Gehirn arbeitet weiter. Es speichert nun die Informationen im Langzeitgedächtnis.

5. **R**evue (wiederholen)

Dafür sind die Notizen da: Wiederhole die Inhalte, die du notiert hast. So sorgst du dafür, dass sie im Gedächtnis bleiben und du dich erinnern kannst.

Alle „Pluspunkte“ im Bildungswiki der Parteischnule im Willy-Brandt-Haus: <http://parteischnule-wiki.spd.de>.