

Was macht Lesen mit
uns?

Wie Lesen die erfolgreichsten Menschen?



Was haben sie alle gemeinsam

Die Prinzipien der Super-Leser

VOM KONSUM ZUR TRANSFORMATION

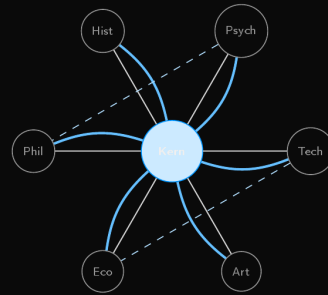
1. Konsistenz

Tägliche Gewohnheit mit spürbaren Langzeiteffekten.



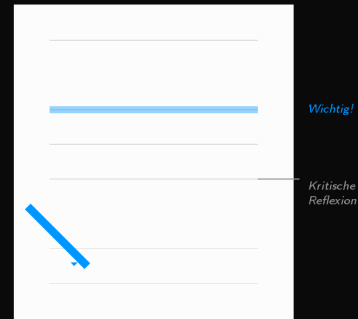
2. Vernetzung

Lesen außerhalb des Fachgebiets schafft Synapsen.



3. Deep Work

Auseinandersetzung statt reinem Information-Skimming.



- Erweiterung des Horizontes
- Konsistenz
- Arbeit mit den Texten

Was sagt die Wissenschaft?

Die Neurobiologie des Lesens

NEURONALES RECYCLING & DEEP READING

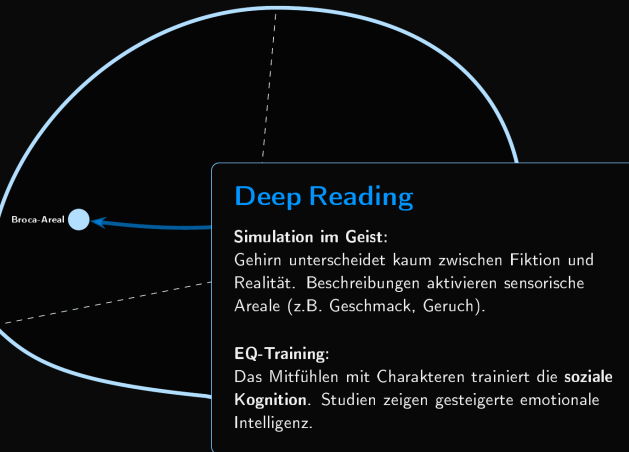
ERBE DER EVOLUTION

Das Gehirn ist nicht zum Lesen gemacht.
Schrift ist erst **5.000 Jahre** alt.

Neuronales Recycling: Repurposing von Netzwerken für Objekterkennung.

DER PROZESS

- **Visueller Kortex:** Erfassung der Konturen.
- **VWFA:** Dekodiert Buchstaben & Wörter.
- **Wernicke:** Klang- und Semantik-Mapping.
- **Broca:** Subvokale Sprachproduktion.



Deep Reading

Simulation im Geist:

Gehirn unterscheidet kaum zwischen Fiktion und Realität. Beschreibungen aktivieren sensorische Areale (z.B. Geschmack, Geruch).

EQ-Training:

Das Mitfühlen mit Charakteren trainiert die **soziale Kognition**. Studien zeigen gesteigerte emotionale Intelligenz.

„Lesen ist ein Akt des neuronalen Recyclings, der unsere Biologie transformiert.“

- Das Gehirn ist nicht zum Lesen entwickelt
- Viele Gehirnareale arbeiten zusammen
- Besondere Prozesse beim „Deep Reading“

Die langfristigen Effekte des Lesens



- Messbare Veränderungen im Gehirn
- Stärkung der weißen Substanz
- Kognitive Reserve
- Viele weitere Vorteile

Es geht um die Umsetzung!

Man kann sehr viel Lesen und es bringt einem nichts wenn man das Gelesene (vorallem in Sachbüchern) nicht in die Realität anwendet bzw. Teile davon für sich nutzt

Anwendung steigert die Verstehens- und Merkleistungen enorm