

Resume:

I dette kapitel kan du lære lidt om, hvordan din krop, og særligt hjernen arbejder, når du læser.

Tilegnelse af viden:

Hvordan virker hjernen, når du skal lære?

Når du læser, så er der **en synlig del og en usynlig del**.

Den synlige del er det, du kan observere ved andre, når de læser.

Hvis du observerer en person, der læser, vil du lægge mærke til, at personens øje bevæger sig i ryk. Hver gang øjnene står stille (en fiksation), foregår der læsning, mens rykkene betyder, at øjnene er på vej til det næste, der skal registreres. Folk, der læser meget hurtigt, kan holde øjnene stille ca. 5 gange pr sekund, og ved hver fiksation kan øjet registreret ca. 16 tegn (i alt bliver det så til 80 tegn pr sekund), og dermed kan personerne læse op til 800 ord pr minut. Det er langt fra alle, der kan læse så hurtigt. De fleste mennesker kan læse et sted mellem 300 og 400 ord pr minut, og de utrænede læser vil læse en del langsommere – omkring 150 ord pr minut¹.

Det kan også være, at du observerer, at læseren bevæger hovedet, bevæger læberne eller er nødt til at pege i teksten for at holde fokus.

Du vil også kunne observere, at personen måske har svært ved at holde koncentrationen.

Den usynlige del kan du finde på planchen til højre.

Planchen viser, at din hjerne skal arbejde koncentreret for, at du får samlet den information, som du skal have fat i.

Hvor meget energi, hjernen skal bruge, vil afhænge af, hvor dybt du skal læse det, du er gået i gang med²



¹ For mere viden om læsehastighed, og hvordan den kan forøges; se dokumentet om "Læsehastighed"

² For mere viden om forskellige måder at læse, se dokumentet om "Læseteknikker"

Hvad kan du selv gøre for at hjælpe hjernen til at lære?

Det korte svar vil være: At øve dig!

Du skal øve dig i at holde fokus og koncentrere dig. I materialet om studieteknikker gennemgås pomodoro-teknikken, der er en måde at sætte arbejdstiden i struktur.

Hvis hjernen 'går på afveje', så hjælp den til at finde tilbage.

Et råd er at have et stykke papir eller en notesbog ved siden af dig, når du læser (og ja – et fysisk stykke papir virker bedst), og hver gang din hjerne fortæller dig om noget, du gerne vil, eller skal gøre, når du er færdig, så skriver du det ned, så du på denne måde fastholder tanken. Når papiret fastholder tanken, så behøver hjernen ikke bruge mere energi på det.