

Tipps zur Selbstmotivation beim Lesen wissenschaftlicher Texte

Welche Maßnahmen zur Selbstmotivation können beim Lesen hilfreich sein?

Beim Lesen im akademischen Kontext geht es darum, die Konzepte zu verstehen, die mit den Fachbegriffen einhergehen, darum, das Gelesene in einem größeren Zusammenhang zu begreifen. Damit ist auch die Aufgabe verbunden, sich das notwendige Hintergrundwissen anzueignen, also das Lesen hinter dem Lesen. Dies ist eine nicht zu unterschätzende Fleißarbeit. Möglicherweise kommen Sie über die ersten Seiten eines Textes nicht hinaus, obwohl Sie sich doch vorgenommen hatten, den gesamten Text in einem Zug durchzulesen. Diese, in gewisser Weise, erzwungene Langsamkeit beim Lesen wissenschaftlicher Texte kann dazu führen, dass Sie irgendwann den Text frustriert zur Seite legen, weil Sie feststellen, dass sich mit Ihrer Lesepraxis nicht das gewünschte quantitative Leseergebnis bewerkstelligen lässt. Aber wohlgemerkt: Ein Leseergebnis in qualitativer Hinsicht, werden Sie vielleicht doch erzielen. Dennoch: Was können Sie tun, wenn aus der anfänglichen Leselust nach und nach Lesefrust wird? Hier einige Vorschläge, wie Sie Ihre Motivation zurückgewinnen können:

- Führen Sie ein **Arbeits- oder Lesejournal**, in das Sie möglichst täglich eine Notiz zu Ihrer Lektüre schreiben, mit bibliographischen Angaben. Aber reflektieren Sie Ihre Lektüre auch. Notieren Sie Ideen und Verständnisfragen, die sich beim Lesen des Textes ergeben haben. Erste Leseschwierigkeiten können sich so von selbst auflösen, wenn Sie sich schreibend mit einem Leseproblem auseinandersetzen.
- Stellen Sie sich die **Frage**, weshalb Sie ein **Thema interessiert** bzw. einmal interessiert hat. Wenn Sie sich dies klarmachen, kann das ein Weg sein, Ihre ursprüngliche Motivation wiederzufinden. Notieren Sie Ihr (früheres) Interesse am Thema in Ihr Lesejournal und schreiben Sie auch, weshalb es Sie zurzeit nicht besonders interessiert oder ggf. sogar langweilt.
- Notieren Sie, was geschehen müsste, damit Sie sich wieder motiviert und engagiert Ihrer Lektüre zuwenden können.
- Vielleicht können Sie einen **persönlichen Bezug zum Thema** herstellen, der bestimmte Emotionen auslöst. Denken Sie daran: Emotionen sind ein Energiepotenzial, das Sie für Ihre Arbeit nutzen können. Stellen sich jedoch negative Emotionen ein – Erschöpfung oder Traurigkeit – wird es Ihnen wahrscheinlich schwerfallen, sich kontinuierlich Ihrer Lektüre zu widmen.
- Überlegen Sie, was Sie bereits zum Thema wissen. Wenn Sie meinen, nichts zu Ihrem Thema zu wissen, notieren Sie auch diesen Satz ins Lesejournal. Und vielleicht stellt sich dann die (anfängliche) Neugier wieder ein, so dass Sie wieder motiviert sind, sich das spezifische Fachwissen anzueignen.
- Je nach Leseziel ist es nicht unbedingt notwendig, *Top-down* zu lesen. Sie können auch *Bottom-up* lesen, also an *der* Stelle mit dem Lesen anfangen, bei der Sie davon ausgehen, die notwendigen Informationen zu Ihren Fragen an den Text zu finden. BOEGLIN (2012, S. 42) rät in diesem Zusammenhang, immer mit dem Einfachsten zu beginnen, mit dem Interessantesten etc.; das hilft, schneller vorwärtszukommen.
- Lesen bzw. arbeiten Sie **regelmäßig**. Lange Pausen zwischen den Lese- und Arbeitsphasen unterbrechen den Rhythmus, der wichtig ist, um sich effektiv und nachhaltig Wissen anzueignen.

- Sie können Abwechslung in Ihre regelmäßige Lektüre bringen, wenn Sie mithilfe **kreativer Lesetechniken** versuchen, Zugang zu den Kerngedanken eines Autors / einer Autorin zu gewinnen. PYERIN (2019, S. 110) empfiehlt beispielsweise das **Dialog-Lesen**, bei dem Sie sich zunächst – vom Titel ausgehend - einen fiktiven Dialog zwischen sich und dem Autor ausdenken. Dazu gehört, dass Sie dem Autor kritische Fragen stellen und ihn darauf antworten lassen. Wichtig ist hier, dass Sie die Dialoge später zu einem wissenschaftlichen Text verarbeiten.
- Mittels einer **kreativen Lesevorbereitung** in Form eines Brainstormings oder Freewritings zum Thema des Textes, können Sie sich auf den zu lesenden Text einstimmen und dabei auch „eigene Positionen und Deutungsmuster erforschen“ (PYERIN 2019, S. 111).
- Hilfreich sind zudem **Visualisierungen**, mit denen Sie die Grundidee oder das Argumentationsmuster eines Textes veranschaulichen können.
- Kreativ gehen Sie auch mit dem Text um, wenn Sie darauf achten, wie die **Argumentation** aufgebaut ist (Einleitungen, Überleitungen, Zusammenfassungen, Rückverweise etc.). Versuchen Sie Argumentationsfiguren zu erkennen – wie z. B. Ursache und Wirkung, Vergleich und Gegensatz.

Gleichgültig, welche Technik Sie anwenden, Sie setzen sich immerzu schreibend mit Ihrer Lektüre auseinander. Diese kreativen Lesetechniken helfen also auch, die eigene Schreibkompetenz zu entwickeln, was Ihrer Motivation in Bezug aufs Lesen sicherlich zugutekommen wird.

Literatur

- Boeglin, Martha (2012): Wissenschaftlich arbeiten Schritt für Schritt. Gelassen und effektiv studieren, 2., durchgesehene Auflage, München, Wilhelm Fink, S. 41-42.
- Pyerin, Brigitte (2019): Kreatives wissenschaftliches Schreiben. Tipps und Tricks gegen Schreibblockaden, 5., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage, Weinheim Basel, Beltz Juventa, S. 110-112 (Kreative Lesetechniken).