



# EFFEKTIVER LESEN

Handout zur Podcast Episode Nr. 69

# Mini-Lesekurs im Podcast

Episode #3: Warum und wie ich Sachbücher lese

Episode #18: 5 Tipps, um mehr zu lesen

Episode #57: 8 simple Tipps, um mehr zu lesen

**Episode #69: [Wie du erstklassige Bücher findest & effektiver liest](#)**

# Die **zwei Entwicklungsphasen** des Lesens

- **Phase 1:**
  - Lesegewohnheit entwickeln.
  - „Read what you love, until you love to read.“
  - Quantität ist wichtig.
- **Phase 2:**
  - Lesequalität steigern.
  - Gute Bücher wählen (Opportunitätskosten: Du kannst nicht jedes Buch lesen).
  - Effektiver lesen → Verständnis: Es geht darum etwas zu lernen.

# Übersicht: Lesen für Fortgeschrittene



# 1. Fülle deinen Buchspeicher

- Lege dir eine Buchliste an.
  - z.B. bei mir Goodreads
  - Gedanke der [Anti-Bibliothek](#) von Nassim Taleb
- Wie finde ich gute Bücher?
  - Unter [www.schmaddebeck.de/buecher](http://www.schmaddebeck.de/buecher)
  - Empfehlungen von guten Autoren & spannenden Persönlichkeiten
  - Listen bei Goodreads
  - Amazon-Empfehlungen

## I. Start Here: The Best Books of All-Time

Looking for more good books to read? Click the links below to jump to a specific category.

1. [10 Best Nonfiction Books](#)
2. [10 Best Fiction Books](#)
3. [10 Books with the Most Page-For-Page Wisdom](#)
4. [25 Best-Selling Books of All-Time](#)
5. [100+ Book Summaries](#)

## II. Best Nonfiction Books

These are the best nonfiction books to read, listed by category.

1. [Best Art and Creativity Books](#)
2. [Best Biographies and Memoirs](#)
3. [Best Business Books](#)

Beispiel: James Clear (<https://jamesclear.com/best-books>)

## 2. Wähle das richtige Buch aus

- Zwei Herangehensweisen an die Buchauswahl:
  - **Just-In-Time vs. Just-In-Case Reading**
- **Grundsatz:** Lass dich von deiner Neugier leiten.

# 3. Mache dir einen ersten Überblick

Bevor du mit dem Lesen beginnst investiere 20 bis 30 Minuten.

- Worum geht es im Buch? Was sind Kerngedanken?
- Was ist die Struktur des Buches?
- Was an dem Buch interessiert dich am meisten?
- Google nach dem Autor/in.
- Schaue in interessante Kapitel rein.
- Sieh dir Videos und/oder Zusammenfassungen zu dem Buch oder Thema des Buches an.

# 4. Setze dich aktiv mit dem Text auseinander

## Dein Buch ist ein lebendes Dokument!

1. Markiere und schreibe im Buch.
  - Unterstreichen, Markieren, Senkrecht Strich am Rand, Post-Its, Kleine Notizen machen, Worte umkreisen, Ausrufezeichen / Sterne
  - Es gibt keine einheitliche Methode zum Note-Taking
2. Führe einen „mentalen Dialog“ mit dem Autor/in.
  - Die meisten sind damit beschäftigt sich an die Inhalte zu erinnern.
  - Lies nicht nur passiv, sondern entwickle eine Skepsis und widersprich gedanklich, wenn du etwas anders siehst.
  - **Wichtig:** Nur weil jemand ein Buch schreibt, hat er nicht mit allem recht bzw. musst du nicht bei allem zustimmen (Gute Autoren bzw. Geschichten sind überzeugend).

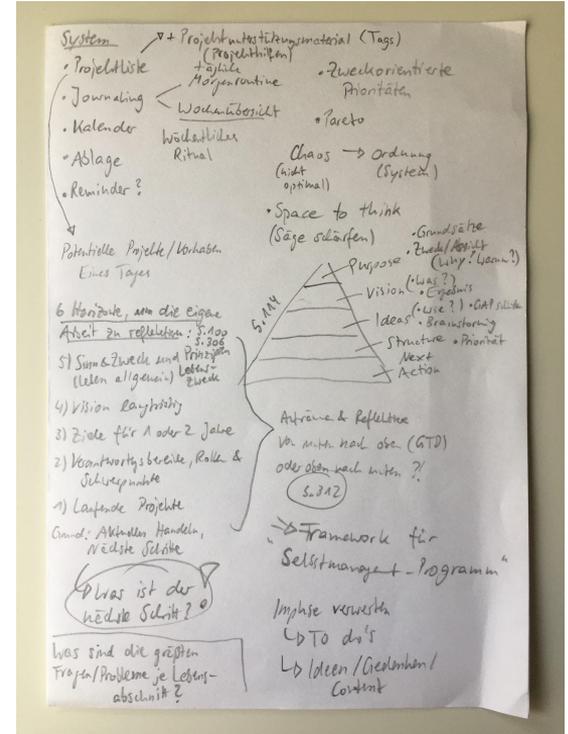


# 5. Nutze die Feynman-Technik (Technik zum Self-Teaching)

Die Feynman-Technik ist eine mächtige Methode, um Wissen zu festigen.

## Wie funktioniert?

- Verwende eine DIN A4-Seite (das sog. "Feynman-Sheet")
- Fasse das, was du gelesen hast in deinen Worten handschriftlich zusammen.
- Das Format ist zweitrangig. Stichworte, Sätze, Zeichnungen - alles ist erlaubt.
- Halte dich kurz und sei präzise.
- Erkläre es so einfach wie möglich (Prinzip ELI5: Explain it like I'm 5).
- Bei Wissenslücken noch einmal nachlesen und ergänzen.



Beispiel: "Wie ich die Dinge geregelt kriege" - David Allen

# 6. Lege einen Index an

Index = „Landkarte der Kernideen des Buches“

## Warum?

- Übersicht festigt dein Verständnis und fördert die Makroperspektive zum Buch.
- Ein Index ist sehr hilfreich beim späteren ansehen des Buches.

## Wie?

- Nutze eine der ersten (leeren) Seite des Buches für den Index.
- Wenn du von einer Kernidee liest, notiere ein Keyword (oder kleinen Reminder-Satz) inkl. der Seitennummer in deinem Index.

PART 1: The Idea	
Chapter 1: Deep Work Is Valuable	21
Chapter 2: Deep Work Is Rare	49
Chapter 3: Deep Work Is Meaningful	72
PART 2: The Rules	
Rule #1: Work Deeply → Design your Deep Work Habits	95
Rule #2: Embrace Boredom → Train your Deep Work Ability	155
Rule #3: Quit Social Media → Quit distracting network tools	181
Rule #4: Drain the Shallows → Cut the shallow work down to a minimum	215
Conclusion	257
Notes	265

Beispiel: "Deep Work" - Cal Newport

## 7. Mache gezielte Pausen beim Lesen

- Speedreading und kurze Buchzusammenfassungen sind nicht zielführend.
- Sich über einen längeren Zeitraum mit einem Thema zu befassen ist hilfreich für ein tieferes Verständnis (= deine “mentale Landkarte” zu dem Thema wächst).
- Dein Unterbewusstsein ist aktiv auch wenn du nicht aktiv liest.
- Man verknüpft neue Ideen und reflektiert seine Umgebung während einer Lesepause.
- Aus dem Grund kann es sinnvoll sein sich Zeit zu lassen und nicht so schnell wie möglich mit dem Buch fertig zu werden. (Qualität > Quantität.)

## 8. Empfehle gute Bücher weiter

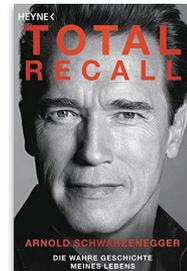
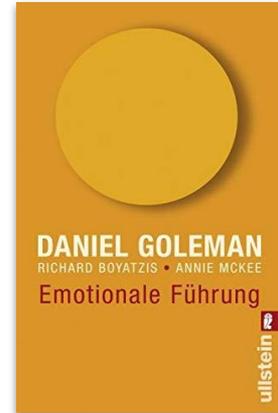
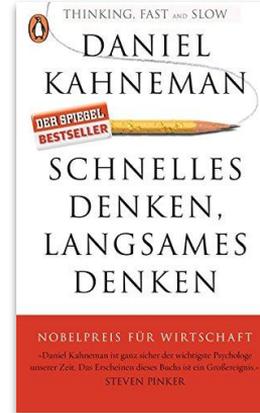
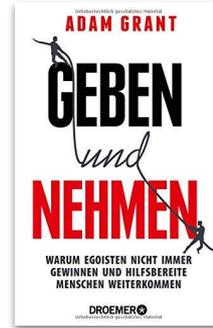
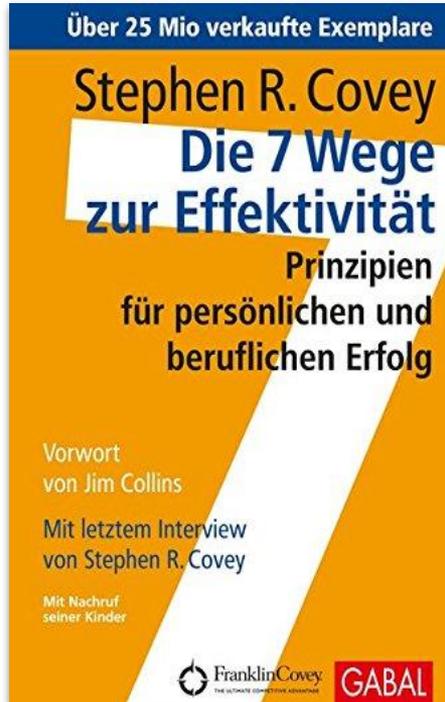
- Hat das Buch (oder Teile des Buches) Mehrwert für Personen aus deinem Umkreis bzw. Netzwerk?
- Bücher zu empfehlen oder zu verschenken ist ein hervorragendes Mittel zur Wertschätzung und Sichtbarkeit. (Wenn du ein Buch verschenkst: Widmung nicht vergessen!)

# 9. Re-Reading: Lies Bücher oder Abschnitte erneut

- Wenn du ein Buch ein zweites Mal liest wirst du merken:
  - Es ist wie ein neues Buch.
  - Als wärst du beim ersten mal nicht aufmerksam gewesen.
  - Der Text war beim ersten mal anders.
- Woran liegt das?
  - **Nicht der Text hat sich verändert, sondern du!**
- Ich schaue mir regelmäßig noch einmal Bücher an, die ich bereits gelesen habe
  - Notizen ansehen
  - Einzelne Kapitel lesen

# Welches ist dein nächstes Buch?

Jetzt Buchempfehlungen ansehen: [HIER KLICKEN](#)



# “Ich entwickle die Geschäftsführer der Zukunft”



**Tim Schmaddebeck**  
[Auf LinkedIn ansehen](#)

- ✓ Mentor & **Business Coach** für ambitionierte Ingenieure
- ✓ Tägliche Beiträge auf **LinkedIn** mit über 14.000 Followern
- ✓ Gestalter des **Überflieger Podcasts** – #1 Podcast für ambitionierte Ingenieure

Zusammenarbeit mit Ingenieuren aus folgenden Unternehmen:

