

E-MAIL EINES STENOGRAFIESCHÜLERS:

Guten Tag, Professor, diese Woche begann ich damit, Diktate mit 80 Wörtern pro Minute zu üben und dabei kam mir ein Zweifel auf. Je höher die Schreibgeschwindigkeit wird, desto leichter hängt man hinten nach, also, man kommt nicht gleich mit im Diktat. Es wird schwer im Gedächtnis zu behalten, was diktiert wird und manchmal überspringe ich bewusst einige Textteile. Wie würde ein erfahrener Stenograf diese Frage lösen?

Liebe Grüße

ANTWORT VON STENOGRAFIELEHRER WALDIR CURY

Lieber Schüler!

Was mit Ihnen geschieht ist ganz normal. Das passiert allen Schülern und es ging auch mir so, als ich noch Schüler war. Für jedes Geschwindigkeitsniveau, das wir erreichen wollen, wird auch die Verarbeitung der Signale im Gehirn schneller. Wissenschaftlich erklärt, muss das Gehirn neue „Synapsen“ erstellen, neue Gehirnverbindungen, um die Zeichen in der Geschwindigkeit von 80 Wörtern pro Minute zu schreiben. Dazu braucht man Zeit und Übung. Sie müssen also an die Geschwindigkeit von 80 „heranreifen“.

Ich mache normalerweise folgenden Vergleich: Jede neue Geschwindigkeit, die man anstrebt ist wie ein Wasser, das wir zum Kochen aufstellen: es wird wärmer, und wärmer, und wärmer bis es zum Siedepunkt kommt und zu kochen beginnt. Aber bis es soweit ist (also, die Reife in der Stenografie für eine bestimmte Geschwindigkeit) benötigt man Zeit und Feuer (Übung).

Die Schwierigkeit, die Sie bei der Geschwindigkeit von 80 spüren, werden Sie auch bei 85, 90, und immer weiter vorfinden. Es ist, als ob Sie Ihrem Gehirn sagen würden, sobald Sie eine neue Geschwindigkeit angehen: gut, jetzt wirst du alles auf eine noch schnellere Art und Weise machen! Das Gehirn hört dann die Wörter und verwandelt diese Laute schneller als bei 75 Wörtern pro Minute in stenografische Zeichen. Das ist der erste Punkt: die Anhebung der Geschwindigkeit. Alles im Tempo 80 wird schneller.

Der zweite Punkt: bestimmte Wörter rufen bei der Umformung der Laute in stenografische Zeichen ein Zögern im Gehirn hervor. Dieses geistige Zögern bringt die

Verlangsamung im fließenden Stenografieren mit sich und das nicht nur bei langsameren Diktaten sondern besonders in dieser Geschwindigkeit, die Sie jetzt zu erreichen versuchen. Was soll man nun tun? Unterstreichen Sie die Wörter, die Ihren Schreibfluss „bocken“, die Zweifel hervorrufen, wenn Sie die Zeichen setzen. Wiederholen Sie diese Wörter immer wieder einige Tage lang. Üben Sie auch parallel dazu immer wieder das selbe Diktat.

Der Befehl lautet: Wiederholen, wiederholen, wiederholen! Wiederholen Sie so lange bis das Gehirn keinen Zweifel mehr hegt und auch nicht zögert, wenn Sie das Diktat schreiben. Auf die gleiche Art und Weise gehen Sie mit allen Diktaten vor. Genau dafür wurden die Diktate gemacht: um Sie sich in einen Champion der Stenografiegeschwindigkeit zu verwandeln. Jedes Diktat, das Sie intensiv trainieren bringt Ihnen mehr Gewandtheit in der Stenografiekunst. Sie werden sozusagen „heranreifen“.

Das intensive und systematische, tägliche Training ist die einzige Weise, sich diese Geschicklichkeit anzueignen. Ich lerne klassische Gitarre am Konservatorium. Für jedes Musikstück, jede Partitur ist stundenlanges Üben notwendig, Wiederholung über Wiederholung. Ich kann sogar schon einige Musikstücke „einigermaßen“ spielen (hahahaha).

So ist es mit der Stenografie, mit einem Musikinstrumente, mit dem Schwimmen, Volleyball, Fußball oder beim Erlernen einer Sprache. Es gibt keine Wunder. Es gibt Übung, Übung, sehr viel Übung!

Ich persönlich sage auch gern: “es ist notwendig mit Körper und Seele beim Lernen der Diktate einzutauchen“.

Einen stenografischen Gruß

Prof. Waldir