

Test

et techniques
de lecture rapide



- › Déchiffrage
- › Subvocalisation
- › Freins à la lecture active
- › Une application de lecture stimulante!
- › Développer le goût de la lecture chez les enfants
- › Pourquoi lire mieux
- › Se former à lire vite
- › Lire rapidement la presse
- › Faire lire les petits enfants
- › Cours: bien lire et comprendre
- › Savez-vous lire avec votre hémisphère droit?
- › comment enrichir son vocabulaire

[Lire plus vite avec les techniques de lecture rapide](#) > débuter avec spritz et les applications de speed reading gratuites

■ débuter avec spritz et les applications de speed reading gratuites



Spritz reading est une application qui vous permet de lire vos textes sur vos écrans (téléphone, ordinateur, tablette).

Cette application se base sur le concept RSVP (Rapid Serial Vision Présentation -1976) portant sur la **mémorisation de stimuli rapides**.

De nombreuses études scientifiques ont été menées concernant la « perception flash » pour que finalement en 2015 soient développées des alternatives gratuites (speed reading software) aux méthodes expérimentales des années 80.



La promesse de spritz reading est la suivante: lire ET comprendre un livre de 600 pages en quatre heures... fiiuu 😊

Spritz reading est-il valable pour apprendre à lire plus vite ?

Spritz génère des **stimulus visuels réguliers**.

Ces stimulations (le mot affiché au centre de votre vue) activent des récepteurs sensoriels très différents de ceux que nous utilisons au quotidien pour nos lectures.

Cette perception du texte est inductive, c'est à dire qu'elle « généralise » les singularités du sens du texte.

La syntaxe et le rythme disparaissent du texte et le sens s'altère.

Tout dépend en fait de **où** vous voulez situer le curseur de votre finesse d'analyse...

Quoi qu'il en soit, Spritz reading vous offre une opportunité d'**explorer vos facultés cérébrales**.

Fonctionnement de la « lecture flashée » avec spritz:

- votre écran devient un rectangle blanc,
- au centre duquel vont s'afficher les mots du texte (250 à 1000 mots/minute),
- **séparés un par un**,
- au centre du mot affiché,
- une lettre s'affiche en rouge,

afin d'offrir à votre œil une position de reconnaissance optimale (optimal recognition point).

L'économie de focalisation de l'œil:

Votre vision périphérique va donc se restreindre à un mot.

Avec spritz reading, les efforts d'accommodation de vos yeux sont différents, car c'est le texte (gros) qui bouge et non votre œil, vous épargnant ainsi beaucoup de **fatigue visuelle**.

L'économie de mouvement pour vos globes oculaires est bénéfique à votre confort visuel. En revanche si vous souffrez des yeux secs, essayez prudemment.

Votre concentration:

Spritz reading va contraindre votre cerveau à se **focaliser sur l'entendement du fond** et non sur la forme.

Normalement, lorsque vous lisez une ligne entière, vous ne lisez pas les mots un par un, vous lisez **les expressions** en anticipant les mots suivants.

Là, avec Spritz, le mot par mot STRICT nécessite **plus de concentration** pour un empan mnésique plus large.

Le cerveau va retenir les mots et attendre que la phrase soit complète dans le cerveau avant de tenter de l'interpréter!

Tout en continuant à gérer le flux de stimulation... bref il vous faut passer en 64 bit 😊

La charge de la **mémoire de travail** diffère pour chacun d'entre nous, mais généralement plus d'attention est nécessaire que lors d'une lecture classique.

C'est précisément là que réside le principal atout de ces applications: l'investigation active de vos propres capacités cognitives.

Concernant la subvocalisation:

Avec Spritz reading (& consorts gratuits) vous ne décidez plus de façon scolaire les syllabes de votre texte.

La subvocalisation est de la sorte réduite à la seule condition de paramétrer une vitesse d'affichage suffisante...

La limite, le clignotement attentionnel:

Mais ce type de perception par « flash induits » n'améliore probablement pas (selon moi) la qualité ou l'efficacité de vos lectures quotidiennes.

La plasticité cérébrale à ses limites...

Le cerveau humain est cependant capable de transcender les perceptions, mais il ne s'agit plus alors de méthode de lecture...

Nous ne pouvons pas rendre « conscient » toutes nos perceptions, un tri doit s'opérer. Quand le flux d'induction est soutenu, nous pouvons « louper » des éléments qui ne seront

pas traités par notre cerveau car répétitifs.

Découvrez gratuitement les techniques de lecture rapide

Voici comment utiliser gratuitement le concept spritz reading en moins 2 minutes:

Le must en la matière, entièrement configurable est une extension chrome, il s'agit de [sprint reader](#).

Il vous suffit de saisir le texte/clic droit/sprint read.

Pour firefox il existe [squirt](#), il suffit d'ajouter cette page dans vos favoris, ensuite cliquez sur cet onglet une fois sur la page à lire.

Enfin une application légère, mais non configurable: [zethos](#).

Concernant spritz reading, il faut trouver le bouton text-to-speech sur votre smartphone, dans votre application de lecture.

Un conseil: La lecture est fastidieuse à 250 mots par minute, à 400 mpm cela devient fluide.

Le plaisir de lire plus vite avec spritz reading ?

Un livre n'est pas juste une compilation d'informations, il y a un style d'écriture, une syntaxe particulière, des non-dits...

La lecture stimule l'imagination, et la vitesse est difficilement compatible avec ces notions, car on a tendance à passer sur le style, « l'ambiance » d'un récit.

Mais ce n'est pas parce que les mots vous sont délivrés plus rapidement sans bouger vos yeux que vous devez arrêter d'y voir le second degré, les jeux de mots, les émotions, etc.

La gestion de vos flux informationnels est une affaire très personnelle..

Elle ne dépend pas de si vous obtenez l'information sur du papier ou écran, en bougeant vos yeux ou avec des mots qui défilent.

L'œuvre est ce qui émerge dans l'imaginaire de celui qui la reçoit. Le cerveau du récepteur est unique 😊

Utilisation rationnelle de spritz reading ?

Dans notre monde pressé, le temps alloué à la gestion de l'information peu devenir une contrainte...

Mais Spritz est pour moi un gadget, un test grandeur nature... qui le finance et pourquoi?

Votre prénom:

Votre email:

Je veux les techniques pour lire plus vite

idéo-gène

Partager [Tweet](#)

 J'aime 0

 0

 Pin it

Laisser un commentaire

Votre adresse de messagerie ne sera pas publiée. Les champs obligatoires sont indiqués

avec *



Commentaire

Nom *

Adresse de contact *

Site web

Laisser un commentaire

idéo-gène
incubateur d'optimisme
[cgu](#) -.- [contact](#) -.- [confidentialité](#) -.- [plan](#) -.- [à propos](#)