

# Eine Spickzettel-Ablage im Kopf

Gedächtnistrainer Markus Hofmann vermittelt Techniken des Lernens – Zwei Veranstaltungen

**Pfreimd. (gee)** An der Landgraf-Ulrich-Schule sind ab sofort Spickzettel erlaubt! Aber nur solche, die sich die Schüler im Kopf anlegen. Wie dies funktioniert und mit welchen Techniken man arbeiten muss, zeigte der bekannte Gedächtnistrainer Markus Hofmann in eindrucksvoller Manier. In seiner Begrüßungsrede dankte Rektor Gerhard Balk dem Elternbeiratsmitglied Robert Fröhler für das Zustandekommen der Veranstaltung.

Erwartungsvolle Schülergesichter am Anfang, begeistert applaudierende Schülerhände am Ende, dazwischen viel Spaß beim Lernen. So kann man Hauptschüler bestens motivieren, selbst an einem zusätzlichen sonnigen Nachmittag in der Schule. Markus Hofmann brachte das Kunststück fertig, den nahezu 300 Schülern in der Landgraf-Ulrich-Halle in knapp zwei Stunden weit über hundert Begriffe ins Gedächtnis einzupflanzen. Und sie nahmen die Erkenntnis mit nach Hause: „Ich kann viel mehr als ich mir zumute, allerdings benötige ich dazu Techniken.“ Und genau diese Techniken vermittelte Hofmann dem jungen Publikum.

## In Bildern denken

Auf lockere, umgängliche Art pirschte er sich so nah an die Schüler heran, dass sofort der Funke übersprang und das Feuer während des gesamten Vortrags lichterloh brannte. Der gebürtige Nabburger stellte den Schülern seine „Briefkastenmethode“ vor. Diese basiert auf der altgriechischen MNEMO-Technik, bei der merkwürdiges Wissen auf eine feste Reihenfolge anschaulicher Bilder über-



Wie sich Körperteile als „mentale“ Briefkästen verwenden lassen, demonstrierte Markus Hofmann beim Gedächtnistraining vor den Hauptschülern der Landgraf-Ulrich-Schule. Am Abend übte er mit Erwachsenen verschiedene Strategien zur Steigerung der Gedächtnisleistung ein.

Bild: gee

tragen wird. Mit Hilfe solcher „Bildergeschichten“ lernen die Schüler beispielsweise die Abfolge der Sternzeichen: Für den Steinbock werden in Gedanken von einem Baum herab Steine geworfen, den Löwen lässt man Achterbahn fahren, bei Schneewittchen schlafen sieben Krebse und ein Geist betätigt sich als Schütze.

Mit der gleichen Technik konnten die Hauptschüler – ohne sich anzustrengen und ohne bewusst zu lernen – die Länder des amerikanischen Kontinents nahezu vollzählig von Nord nach Süd wiedergeben. Ebenso wurden die Hauptstädte der Bundes-

länder in einprägsamen Bildern mit einzelnen Körperteilen in Verbindung gebracht. Gar in Minutenschnelle erlernte die begeisterte Schülerschar das Zählen in einer fremden Sprache über die Tausend hinaus. „Wenn ihr irgendwann Briefkasten für die Positionen 1 bis 99 angelegt habt, könnt ihr euch eine tausendstellige Zahl merken“, so Hofmann. Damit aber das Gelernte auch im Langzeitgedächtnis verankert werde, sei ein mehrmaliges Wiederholen des Lernstoffes unbedingt notwendig. Ferner empfahl Hofmann den Schülern vor dem „Büffeln“ zunächst das Gehirn mit Koordinationsübungen zu aktivieren

und zwischendrin Lernpausen einzulegen. Ebenso spritzig, unterhaltsam und charmant gestaltete Hofmann die abendliche „Show“. Vor etwa 300 Erwachsenen lieferte er eindrucksvoll den Beweis, dass Lernen selbst „verkrusteten“ Gehirnen noch leicht fallen kann. Zahlreiche Muster von Merkhilfen, die im Alltag beim Merken von Namen und Gesichtern angewendet werden können, weckten beim Publikum die Lust auf Mehr. So lernte er den Zuhörern die Namen der zehn letzten amerikanischen Präsidenten und nannte das Grundkonzept, um sich mehrstellige Zahlen einzuprägen.