

Mühe los Informationen und Zahlen merken

Gedächtnistrainer Markus Hofmann referierte vor fast 200 Handwerkern im Grünen Jäger

VERDEN (rö) ▪ Wer erfolgreich im Geschäftsleben sein will, muss sich immer wieder neue Informationen, Zahlen, Namen und Gesichter merken.

Wie dies mühe los gelingt, unabhängig vom Alter, zeigte Markus Hofmann im Parkhotel Grüner Jäger in Verden.

Vor fast 200 Handwerkern präsentierten die Kreissparkasse Verden und die Kreishandwerkerschaft mit dem

Experten einen der wohl bekanntesten und besten Gedächtnistrainer im deutschsprachigen Raum. Hofmann zeigte ein beeindruckendes

■ Briefkästen im Gehirn angelegt

Gedächtnistraining. Auf Wunsch der Zuhörer verlängerte der Referent seinen Vortrag und die Übungen um fast 30 Minuten.

Hofmann schaffte es mühe los, sein Publikum in den Bann zu ziehen. „Learning by doing“ war seine Devise.

Er brachte seine Zuhörer spielerisch dazu, Briefkästen im Gehirn anzulegen, in denen die Informationen auf Knopfdruck abrufbar waren, Informationen, die normalerweise in der Flut des Wahrgenommenen weggespült werden.

Er verkündete keine neuen Lehren, sondern habe die altgriechische Mneme-Technik, die bereits Sokrates und seine Studenten eingesetzt

■ Verknüpfungen herstellen

zwischen rechter (emotionaler) und linker (logisch strukturierter) Gehirnhälfte herzustellen. „Lassen Sie Ihre rechte Gehirnhälfte nicht links liegen“, forderte Hofmann. Leider hätten es die

meisten erwachsenen Mitteleuropäer verlernt, diese Verknüpfungen herzustellen, weshalb ihr Wissen auch nicht vom Kurzzeit- ins Langzeit-Gedächtnis gespeichert werde.

hätten, in die heutige Zeit übertragen.

„Diese Technik ist eine äußerst einfache Methode, sich jede Art von Informationen zu merken“, erläuterte Hofmann. Dabei würden Informationen mit Bildern verknüpft und prägen sich so leichter und nachhaltiger ein. Entscheidender Punkt der Methode sei es, Verknüpfungen

Die Mnemo-Technik basiere auf Bildern, Kreativität und Fantasie und binde beide Gehirnhälften ein. Mit dieser Technik könne man das effektive Lernen lernen.

Durch gezieltes Training seines Gehirns sei jeder in der Lage, sein Potenzial besser auszuschöpfen und sein Gedächtnis nachhaltig zu verbessern, so Hofmann. „Die Mnemo-Technik richtet sich an alle, die das unglaubliche Potenzial ihres Gehirns besser nutzen und Spaß am Lernen haben wollen: Führungskräfte, die sich immer wieder neue Namen, Gesichter und Informationen merken müssen und Berufstätige mit häufigem Kundenkontakt oder hohem Bedarf an Fachwissen.“



Der Gedächtnistrainer Markus Hofmann praktizierte vor fast 200 Handwerkern ein spielerisches „Learning by doing“.

Foto: Röttjer