



Gedächtnistraining: Kindliches Denken ist nicht kindisch



Lockern und sich warm machen für die mentale Fitness: Auch das gehörte beim Gedächtnistraining von Markus Hofmann (kl. Bild) dazu. Fotos: (Kremerskoten/ Harhues)

Senden - „Vorsprung durch Wissen“ und „Nicht kindisches, sondern kindliches Denken“. Das waren die beiden großen Themen eines anstrengenden, aber auch amüsanten Abends, zu dem Gedächtnistrainer Markus Hofmann am Mittwoch in die Steverhalle eingeladen hatte. Die Initiative zu dieser Visite war von der Elternschaft des Joseph-Haydn-Gymnasiums ausgegangen.

Die Schüler und die abendlichen Besucher erlebten einen Trainer und Entertainer: blitzgescheit und blitzschnell bei seinem Weg durch die Stuhldreihen. Sein wichtigstes Rezept: „Kinder merken sich Dinge in Bildern, und das müssen Erwachsene auch lernen. Je übertriebener die Bilder, desto ‚merkwürdiger‘ sind sie für das Gehirn“, erläuterte der Coach seine „Fitness für die menschliche Festplatte“.

Ohne mentale Einsatzfreude des Publikums geht es nicht. Um so bemerkenswerter, dass sich unter den knapp 400 Besuchern am Abend auch etwa 30 Schülerinnen und Schüler befanden, die bereits am Vormittag ein Seminar mit Hofmann besucht hatten.

FOTOSTRECKE



Entertainer und Trainer: Markus Hofmann riss...



Entertainer und Trainer: Markus Hofmann riss...



Entertainer und Trainer: Markus Hofmann riss...

Eisenhower, Kennedy, Johnson, Nixon, Ford, Carter, Reagan, Bush senior, Clinton, Bush junior - das sind die zehn US-Präsidenten vor Obama. Wie man sich diese Namen, die neuen sieben Weltwunder und einige Zahlen auf Thailändisch dauerhaft merkt, das lernte das staunende Publikum am Mittwochabend: Markus Hofmann riet dazu, sich „Eselsbrücken“ zu bauen und das auf diese Weise dauerhaft greifbare Wissen im Gehirn in „Briefkästen“ abzulegen.

Zum Schluss erläuterte Hofmann, wie man sich Namen von neuen Kollegen merken kann. Auch hier spielten die Briefkästen im Hirn eine große Rolle. Wichtig sei es, sich kontinuierlich eine Art Wissensnetz aufzubauen - immer am Ball zu bleiben, denn nicht nur für körperliche Fitness, sondern auch für den Kopf sei ständiges Training wichtig. Frei nach dem Motto: „Geist ist geil“. Gleichwohl sei es wichtig, „sich selbst zu gestatten, Fehler zu machen“.

15 · 09 · 11

ARCHIV: ►

URL: http://www.bbv-net.de/lokales/kreis_coesfeld/sendem/1690638_Gedaechtnistraining_Kindliches_Denken_ist_nicht_kindisch.html