Feedback

NEUE OZ OSNABRÜCKER ZEITUNG (/)

Suchbegriff eingeben

noz (/)

Anmelden

Zeitung | Lokalteil wählen

(/) Lokales (/lokales) Deutschland & Welt (/deutschland-welt) Sport (/sport)

Startseite ( /) Lokales ( /lokales) Bad Essen ( /lokales/bad-essen)

GEDÄCHTNISTRAINER ZU GAST

13.12.2015, 15:50 Uhr

# Menschen aus Bad Essen lernen künftig schlauer

Markus Hofmann (rechts) führt mithilfe von Zuschauern vor, wie man sich Namen einprägen kann, indem man markante äußere Merkmale mit Bildern verknüpft. Foto: Johannes Zenker

**Bad Essen. „Sie werden am Ende des heutigen Abends mindestens die sieben Weltwunder der Moderne und die bisherigen elf Bundespräsidenten in chronologischer Reihenfolge aufsagen können." Mit diesem Versprechen ist Gedächtnistrainer und „Infotainer" Markus Hofmann jetzt im Gymnasium Bad Essen angetreten und hat dank seiner Lernstrategien Wort gehalten.**

Vor rund 150 Zuschauern formulierte der wortgewandte und humorvolle Hofmann gleich zu Beginn sein Credo: „Wir müssen wieder lernen wie Kinder, indem wir Informationen mit Bildern verknüpfen und dadurch beide Gehirnhälften aktivieren." Eine zentrale Technik zur Verbesserung der Merkfähigkeit sei es, diese Bilder beziehungsweise aus Bildern zusammengesetzte Geschichten in sogenannten „mentalen Briefkästen" abzuspeichern.

**Mentale Briefkästen**

Konkret teilte er den Körper nach der Loci-Methode (Locus: der Ort) gemeinsam mit dem Publikum in zehn

mentale Briefkästen ein: So waren zum Beispiel die Füße der erste Briefkasten und die Knie der zweite. Um sich die Christusstatue von Rio de Janeiro als eines der Weltwunder zu merken, schlug Hofmann vor, sich auszumalen, wie die große Statue vom Himmel fällt und die Zehen zerquetscht, dass man vor Schmerz im Kreis hüpft. Möchte man künftig die Weltwunder abrufen, müsse man im Zweifel nur noch in seine mentalen Briefkästen schauen und gucken, welche Bilder darin abgelegt worden sind.

Für das Vokabellernen gab er folgenden Tipp: Ausgehend vom deutschen Wort, zum Beispiel dem Verb „schmollen“, solle man sich immer eine Frage stellen. „Wer schmollt mich mit bitterbösem Blick an?“, fragte Hofmann und führte fort: „Ein Grizzlybär. Und schon lande ich mithilfe des Bildes eines schmollenden Grizzlybären bei der Übersetzung ‚to grizzle‘“.

**Gehirn trainieren**

Sicherlich sind in der Praxis nicht alle Vokabeln so anschaulich wie Hofmanns ausgewählte Beispiele. „Mit etwas Kreativität und Übung fällt einem aber immer ein passendes Bild ein, das das Lernen erleichtert“, sagte Hofmann. Wichtig sei aber gerade für Erwachsene, regelmäßig das Lernen und Denken in Bildern zu trainieren. „Dann wird das Gehirn nach wenigen Wochen ganz automatisch in Bildern denken“, versprach der Infotainer. Ein netter Nebeneffekt dieser Lernmethode sei es, dass das Lernen auf diese Weise richtig Spaß mache.

Darüber hinaus markierte er im Forum der Schule weitere elf mentale Briefkästen, um die bisherigen Bundespräsidenten zu lernen. So wurde eine Trennwand zu Briefkasten Nummer acht, eine Ausgangstür zu Nummer neun. Die raue Trennwand konnte schließlich mit Johannes Rau assoziiert werden, der Gang nach draußen ins Kühle mit Horst Köhler.

**Publikum erinnert sich**

Und tatsächlich: Auch am Ende der Veranstaltung waren die Besucher noch dazu in der Lage, Weltwunder und Bundespräsidenten wiederzugeben. Das Publikum war begeistert, nicht nur aufgrund des eigenen Lernerfolgs, sondern auch wegen Hofmanns Art, seine Strategien mit viel Freude und Witz zu vermitteln.

Vormittags hatte Hofmann sein Gedächtnistraining bereits mit verschiedenen Schülergruppen durchgeführt. Einige Schüler saßen auch am Abend im Publikum und meldeten sich sogar freiwillig, um ihr gelerntes Wissen auf der Bühne zu präsentieren. „Zu sehen, dass Menschen Spaß am Lernen entwickeln, ist das Tollste an meiner Arbeit“, sagte Hofmann.

**Schüler begeistert**

Der zwölfjährige Robin Lemper hatte an einem solchen Kurs teilgenommen und war begeistert: „Es hat mir sehr gut gefallen. Ich finde es sehr spannend, auf welch kreative Art und Weise man Wissen in seinem Kopf speichern kann.“ Hofmanns Tipps fürs Vokabellernen wolle er auf jeden Fall anwenden.

Der Infotainer war auf Initiative von Angelika Schölzel, Mitglied des Förderkreises vom Gymnasium, nach Bad Essen gekommen: „Ich halte es für sinnvoll, dass Kinder auf unterhaltsame Art etwas über das Lernen erfahren und alternative Wege kennenlernen, wie man sich Wissen aneignen kann.“

## ZUR SACHE

**Wie wird man eigentlich Gedächtnistrainer?**

Markus Hofmann ist gelernter Bankkaufmann und hat neben seiner Arbeit BWL studiert. „Irgendwann war das

Pensum derart hoch, dass ich nach Wegen gesucht habe, wie ich effektiver lernen kann“, erinnert sich der Infotainer. Fündig geworden ist er beim Schweizer Gedächtnistrainer Gregor Staub, dessen Methoden ihm dabei geholfen haben, in weniger Zeit mehr zu lernen. „Dann habe ich meine Lernstrategien an Kommilitonen weitergegeben und festgestellt, dass mir das Vermitteln von Wissen offenbar liegt“, erläutert Hofmann den Weg zur Idee, sich selbstständig zu machen. Fortan hat er zunächst an Volkshochschulen Vorträge gehalten, ehe sein Publikum dank Mundpropaganda immer größer wurde. Heute betreibt Hofmann das Gedächtnistraining hauptberuflich und bereist mit seinen Vorträgen ganz Europa. Im Jahr 2005 verhalf er der damals elfjährigen Julia zum Gewinn der Schottenrockwette bei der Fernsehsendung „Wetten dass“. Julia lernte mithilfe von Hofmanns Lerntipps, 100 schottische Clans am Muster ihrer Kilts zu erkennen. „Der Auftritt für Julia im Fernsehen war für sie aber bloß eine Momentaufnahme. Wichtiger ist, dass sie sich dauerhaft in der Schule verbessern konnte“, erzählt Hofmann.

(/nutzer/66822/jze-johannes-zenker)

Ein Artikel von Johannes Zenker (/nutzer/66822/jze-johannes-zenker)

Johannes Zenker, Jahrgang 1988, hat an der Universität Osnabrück Germanistik und Geschichte studiert. Seit 2015 arbeitet er als Volontär bei der Neuen Osnabrücker Zeitung. mehr » (/nutzer/66822/jze-johannes-zenker)

E-Mail schreiben » (mailto:johannes.zenker@gmx.de) Johannes Zenker auf Facebook » (https://www.facebook.com/johannes.zenker) @noz_de folgen

## MEHR ARTIKEL

(/deutschland-welt/sport/artikel/647442/ein-schwarzgelbes-jahr-man-muss-ein-spiel-auch-lesen-konnen)

**NEUE SPORTBÜCHER 2015 (/DEUTSCHLAND-WELT/SPORT/ARTIKEL/647442/EIN-SCHWARZGELBES-JAHR-MAN-MUSS-EIN-SPIEL-AUCH-LESEN-KONNEN)**

### Ein schwarzgelbes Jahr: Man muss ein Spiel auch lesen können

(/deutschland-welt/sport/artikel/647442/ein-schwarzgelbes-jahr-man-muss-ein-spiel-auch-lesen-konnen)

(/lokales-dk/delmenhorst/artikel/648172/dreifach-schon-mrs-greenbird-live-in-delmenhorst)

**GELUNGENER ABEND IN DIVARENA (/LOKALES-DK/DELMENHORST/ARTIKEL/648172/DREIFACH-SCHON-MRS-GREENBIRD-LIVE-IN-DELMENHORST)**

### Dreifach schön: Mrs. Greenbird live in Delmenhorst

(/lokales-dk/delmenhorst/artikel/648172/dreifach-schon-mrs-greenbird-live-in-delmenhorst)

(/lokales/bissendorf/artikel/647731/bissendorf-rat-fur-haushalt-und-grundsatzbeschluss)

**230000 EURO SPARAUFTRAG (/LOKALES/BISSENDORF/ARTIKEL/647731/BISSENDORF-RAT-FUR-HAUSHALT-UND-GRUNDSATZBESCHLUSS)**

### Bissendorf: Rat für Haushalt und Grundsatzbeschluss

(/lokales/bissendorf/artikel/647731/bissendorf-rat-fur-haushalt-und-grundsatzbeschluss)