

Daniel Lambert

Lern- und Memoriertechniken

Lambert-Verlag

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung.....	3
1.1	Wie funktioniert unser Gehirn?.....	3
1.2	Motivation.....	4
1.3	Stress.....	4
1.4	Zeitdiebe.....	4
1.5	Lernen.....	5
1.6	Gedächtnis.....	6
1.7	Gehirnwellen.....	6
1.8	Querlestechniken.....	7
2	Methoden.....	9
2.1	Bildermethode.....	9
2.2	Zahl-/Form-Systeme.....	11
2.3	Virtuelle Cocktailparty.....	14
2.4	Assoziationen.....	14
2.5	Raummethode.....	14
2.6	Akronyme.....	16
3	Schulfächer.....	18
3.1	Erdkunde.....	18
3.2	Deutsch.....	19
3.3	Chemie.....	20
3.4	Englisch.....	21

1 Einführung

1.1 Wie funktioniert unser Gehirn?

Der Mensch besitzt eine rechte und eine linke Gehirnhälfte. Die **rechte Gehirnhälfte** wird oftmals nicht oder nur unzureichend beansprucht. Kinder z.B. lernen, bevor sie in die Schule kommen, zunächst mit der rechten Gehirnhälfte. Man weiß, dass bei den meisten Menschen die **rechte Gehirnhälfte** mehr **kreativ** und **bildhaft** orientiert ist, wohingegen die linke Gehirnhälfte primär **logisch** und **zahlenorientiert** ist.

MERKE:

Mit der **linken Gehirnhälfte** können also speziell **Logik, Zahlen, Sprachen** und Regeln erlernt werden, mit der **rechten Gehirnhälfte** wird das Denken in **Bildern**, die Raumwahrnehmung, das Planen in großen Zusammenhängen unterstützt.

Man weiß weiterhin, dass die Gehirnhälften unabhängig voneinander funktionieren können, ja dass man sogar mit einer Gehirnhälfte „leben“ kann. Trotzdem ist es entscheidend, dass beide Gehirnhälften zusammen funktionieren, damit optimal gelernt wird. Dies erfolgt z.B. mit der später dargestellten BRAIN-Methode (brain = Gehirn).

LAMBERT-REGEL:

Die Abkürzung Brain steht für

B	Bilder
R	Richtig verknüpfen
A	Alle Sinne einsetzen
I	Imagination
N	Nummerieren

1.2 Motivation

Wir können nur etwas richtig lernen, wenn wir die nötige **Motivation** dafür aufbringen. Ohne die Motivation fehlt die Möglichkeit zur Konzentration, wir können uns etwas nicht oder nur schlecht merken. Die Motivation aber erlangen wir z.B. durch ganz konkrete Ereignisse, so z.B. durch die nächste Prüfung im Fach Mathematik, den nächsten Vortrag im Fach Biologie etc.

1.3 Stress

Stress hat positive als auch negative Komponenten. Angst, Hektik und Druck sorgen dafür, dass in unserem Körper Stresshormone freigesetzt werden. Er hat den Vorteil, dass **körperliche Höchstleistungen** vollbracht werden können, jedoch alle höheren Denkprozesse blockiert werden. Dies kann soweit führen, dass es gehirnmäßig zum sog. **Black-Out** kommt, wir erinnern uns in der Prüfungssituation nicht mehr an das, was wir mal gelernt haben. Stress und Angst lassen sich allerdings auch positiv umsetzen. Wenn wir genau wissen, dass wir in einer Woche eine bestimmte Prüfung haben, so wird durch die hiermit verbundene Angst die **Energie** erst **freigesetzt**, richtig zu lernen und sich auf die Prüfung vorzubereiten.

LAMBERT-METHODE:

Dies ist z.B. anders bei Menschen mit Flugangst. Diese sind ihrer Angst meist ausgeliefert, sie können nichts gegen das Gefühl der Fremdbestimmung bzw. gegen das Gefühl des Ausgeliefert-Seins unternehmen. Ganz im Gegensatz hierzu kann der **Schüler**, der **Stress** vor der nächsten Prüfung erfährt, diesen umsetzen in **positive Energie**.

1.4 Zeitdiebe

Überlegen Sie einmal, wie viele Tätigkeiten Ihnen wertvolle Zeit des Tages rauben, die Sie also nicht wirklich weiterbringen.

LAMBERT-METHODE:

Dies ist bei vielen Menschen z.B. der **Fernsehapparat** bzw. das **Internet** bzw. **Besprechungen** im Job.

Wer sich zu viele Zeitdiebe auferlegt, hat dadurch zu viel Stress und zu wenig Zeit, sich um die wirklich wichtigen Dinge im Leben zu kümmern. Schauen Sie, ob Sie nicht vor einer Prüfungssituation für einige Tage den Fernsehapparat in den Keller stellen oder z.B. das Surfen im Internet bewusst auf die Abendstunden reduzieren und sich z.B. ein Zeitfenster von höchstens zwei Stunden hierfür vorgeben. Es ist bei Zeitdieben entscheidend, dass man diese zeitlich reduziert und dadurch Stress abbaut.

1.5 Lernen

Sie sollten sich einmal fragen, welcher Lerntyp Sie sind. Sind Sie eher

- der visuelle Typ,
- der motorische Typ,
- der auditive Typ oder
- der emotionale Typ.

Der **visuelle Typ** nimmt Informationen dadurch besser auf, dass er mit Bildern lernt. Der **motorische Typ** hingegen braucht Bewegung mit dem Körper, den Armen, den Fingern, er muss etwas tun bzw. spüren, um eine Sache zu lernen. Der **auditive Typ** hingegen kann sich durch Hören, also durch Sprache und Klänge, Dinge besser einprägen. Der **emotionale Typ** kann mit Hilfe von Gefühlen sich Dinge am besten einprägen.

Jeder einzelne Mensch ist natürlich nicht nur ein einzelner Lerntyp, sondern vielmehr stecken visuelle, auditive Typen etc. in jedem von uns. Trotzdem ist es so, dass bestimmte Eigenschaften stärker ausgeprägt sind als andere.

LAMBERT-METHODE:

So kann z.B. der **auditive Typ** folgenden Trick anwenden. Er spricht sich Dinge, die er lernen muss, auf **Diktiergerät** oder **Kassettenrecorder** auf und hört das eigene Gesprochene sich öfter am Tag an. Dadurch lernt er am besten.

1.6 Gedächtnis

Das Gedächtnis eines Menschen lässt sich in drei Teile einteilen:

- Ultra-Kurzzeitgedächtnis,
- Kurzzeitgedächtnis und
- Langzeitgedächtnis

Dinge, die wir hören, bleiben in den nächsten ein bis zwei Sekunden im **Ultra-Kurzzeitgedächtnis** haften. Um sie hingegen ins **Kurzzeitgedächtnis** hinüber zu retten, muss man sie meistens ein bis zweimal nach ca. einer halben Minute wiederholen. Weil aber die wichtigen Dinge für eine Prüfung im **Langzeitgedächtnis** haften müssen, ist eine Rettung des Wissens vom Kurzzeitgedächtnis ins Langzeitgedächtnis sehr wichtig. Oftmals funktioniert dies nur mit Anstrengung und mit vielen Wiederholungseinheiten.

LAMBERT-METHODE:

Und jetzt kommt der Trick. Wenn man abstrakte Begriffe nicht abstrakt lernt, sondern mit **Bildern** verknüpft, so wandern viele Begriffe nicht erst ins Ultra-Kurzzeitgedächtnis und müssen über das Kurzzeit- schließlich mühsam ins Langzeitgedächtnis hinüber gerettet werden, sondern wandern direkt und unmittelbar direkt ins **Langzeitgedächtnis**.

Sie werden z.B. jetzt noch wissen, was Sie am 11. September 2001 in den Nachmittagsstunden gemacht haben, ohne dass Sie sich angestrengt haben, sich die damaligen Ereignisse zu merken. Der Grund hierfür liegt darin, dass die Erinnerungen mit Bildern, mit Emotionen und mit Gefühlen verbunden sind. Diese richtig zu nutzen, ist Aufgabe der später besprochenen **Bildermethode**.

1.7 Gehirnwellen

Die geistige Tagesform ist abhängig von sog. **Gehirnwellen**, nämlich grob gesprochen

- Alpha-Wellen,
- Beta-Wellen,
- Theta-Wellen und
- Delta-Wellen.

Beta-Wellen sind hierbei mit schneller und erhöhter geistiger Aktivität, Entscheidungsfindung und leichter Problemlösung verbunden. Die Beta-Wellen befähigen uns, die praktischen Anforderungen des Alltags zu bewältigen. **Delta-Wellen** hingegen sind langsam und verbunden mit Schlaf. Dies bedeutet, dass wir bestimmte Tätigkeiten nur im Bereich der Delta-Wellen bewältigen können. Wenn man sich also z.B. in manche Bereiche „künstlich“ versetzen kann, so lassen sich manche Dinge leichter ins Hirn einbringen. Diese Technik wird benutzt bei bestimmten Kassettenmethoden, um z.B. Fremdsprachen mit Hilfen von Kassetten zu lernen.

1.8 Querlestechniken

Es ist möglich, seine Lesegeschwindigkeit sehr leicht zu verdoppeln bzw. zu verdreifachen. In der Schule lernt man zwar lesen, aber die Lesegeschwindigkeit hinkt oftmals hinter dem zurück, was man als Mensch schaffen könnte. Viele Kinder in den ersten Schuljahren begehen sogar den Fehler, den Finger unterhalb des Textes zu halten und während des Lesens mit zu ziehen. Dadurch verringert sich die Lesegeschwindigkeit enorm. Es kommt bei Querlestechniken sehr stark darauf an, dass man jene Wörter rauslässt, auf die es nicht ankommt. Wichtig sind also

- selektives Lesen,
- Blickfeld erweitern und
- Geschwindigkeitsbremsen vermeiden.

Beim **selektiven Lesen** ist es wichtig, die Signalwörter zu suchen, auf welche es ankommt. Schauen wir uns dies anhand des folgenden Beispielsatzes an:

Auch Ihr Körper ist eine räumliche Anordnung. Damit haben Sie immer ein funktionierendes Ankersystem griffbereit - Sie brauchen sich nur selbst oder Ihren Gesprächspartner anzusehen.

In diesen beiden Sätzen ist längst nicht jedes Wort gleich wichtig. Vielmehr sind einzelne Wörter deutlich wichtiger als andere. Lesen wir die beiden Sätze nochmal, indem wir die jeweils entscheidenden Wörter fett anmarkern:

Auch Ihr **Körper** ist eine **räumliche Anordnung**. Damit haben Sie immer ein funktionierendes **Ankersystem** griffbereit - Sie brauchen sich nur selbst oder Ihren **Gesprächspartner anzusehen**.

Wenn man also seinen Blick darauf trainiert, die entscheidenden Wörter lediglich zu lesen und alle anderen Wörter konsequent auszulassen, so

lässt sich die Lesegeschwindigkeit sehr stark erhöhen, ohne dass dadurch weniger Informationen aufgenommen werden. Vielmehr merkt sich das Gehirn hinterher deutlich mehr als ohne diese Querlestechnik, da hierdurch viel irrelevante Nebensächlichkeiten weggelassen werden. Nachdem man also die Signalwörter gesucht hat, kommt es auf eine ungefähre Analyse der gesamten Seite an. Wichtig ist weiterhin, sein **Blickfeld** zu **erweitern**. Der Blick sollte hierbei trainiert werden, nicht nur ein bzw. zwei Wörter gleichzeitig zu erfassen, sondern vielmehr vier oder fünf, will sagen, eine halbe Zeile auf einmal. Weiterhin geht es darum, **Geschwindigkeitsbremsen** zu **vermeiden**. Man sollte also nicht den Finger unterhalb des gelesenen Textes halten, sondern vielmehr ohne Zuhilfenahme der Hände lesen.

2 Methoden

2.1 Bildermethode

Das menschliche Gehirn denkt nicht in abstrakten Begriffen, sondern vielmehr in Bildern. Könnten wir in unsere Gehirne reinschauen, so wären manche entsetzt, denn wir Menschen sind einfacher strukturiert als wir glauben!

LAMBERT-METHODE:

Sie erinnern sich bestimmt noch an Ihren letzten Geburtstag sehr genau – weil dieses **Ereignis mit Bildern** statt mit abstrakten Begriffen **verknüpft** ist.

Versuchen wir, mit Bildern uns bestimmte Dinge besser zu merken. Sie werden sehen, es funktioniert!

Wichtig ist dabei, an folgendes zu denken:

- **Bilder**
- **Richtig** verknüpfen
- **Alle** Sinne
- **Imagination**
- Nummerieren.

Dies erweitern wir mit der **Powermethode**.

- **Personifizieren**
- **Objekte austauschen**
- **Weben** und kleben
- **Einfügen** und stapeln
- **Romantisch** und rabiati dabei sein.

LAMBERT-METHODE:

Das Gehirn denkt nicht in abstrakten Begriffen, sondern in Bildern. Wenn wir also unserem Gehirn abstrakte Begriffe beibringen wollen, diese aber in Bildern verpacken, so füttern wir unser Gehirn mit gehirngerechten Begriffen und überfrachten es nicht.

Aufgabe 2.1:

Versuchen wir, uns die wichtigsten Funktionen des Preises zu merken:

- | | |
|----------------------------|--|
| 1.) Koordinationsfunktion | (Abstimmung der einzelwirtschaftlichen Pläne von Anbietern und Nachfragern), |
| 2.) Allokationsfunktion | (Lenkung und Verteilung der Produktivkräfte auf die vom Verbraucher gewünschten Güterarten / Produktionsrichtungen), |
| 3.) Informationsfunktion | (Signal, an dem Anbieter und Nachfrager ihre Entscheidungen ausrichten) |
| 4.) Rationierungsfunktion | (Zuteilung der knappen Güter auf die Nachfrager mit der größten Kaufkraft) |
| 5.) Selektionsfunktion | (Auslese unter den Anbietern: Wer kann zu welchem Preis noch am Markt mithalten?) |
| 6.) Gleichgewichtsfunktion | (Markträumung, Ausgleich von Angebot und Nachfrage) |
| 7.) Distributionsfunktion | (Verteilung der Primäreinkommen, also Löhne, Mieten, Pachten, Zinsen und Gewinne) |

Versuchen wir, diese sieben Preisfunktionen mit der **POWER-Learning-Methode** ins Langzeitgedächtnis zu kriegen, wir werden also

- **P**ersonifizieren,
- **O**bjekte austauschen und platzieren,
- **W**eben und Kleben,
- **E**infügen und Stapeln,
- **R**omantisch und rabiat dabei sein.

Was stellen Sie sich vor, wenn Sie an das Wort **Koordinationsfunktion** denken? Möglicherweise einen Mitarbeiter, der Pläne koordiniert, einen Beamten, der Dienstpläne aufstellt etc. Denken wir also einen Beamten. Wenn wir an den Beamten denken, so ist uns direkt das Wort Koordinationsfunktion geläufig. Woran denken Sie beim Wort **Allokationsfunktion**? Allokation heißt Verteilung. Denken wir uns doch z.B. eine Warteschlange in der Mitarbeiterkantine, um auf das Wort Koordinationsfunktion zu schließen. Und jetzt ist es wichtig, diese beiden Begriffe, nämlich

Beamter (= Koordinationsfunktion) und Warteschlange (= Allokationsfunktion) entsprechend zu verknüpfen. Dies geschieht z.B. dadurch, dass der Beamte nicht an seinem Schreibtisch sitzt, sondern an der Warteschlange mit wartet. Weiter geht es mit der Informationsfunktion. Der Beamte informiert sich am Schwarzen Brett der Kantine über das heutige Essen. Prompt haben wir die drei Begriffe Koordinationsfunktion, Allokationsfunktion und Informationsfunktion uns gemerkt durch das Personifizieren, das Weben und Kleben und das Platzieren von Objekten. Die **Rationierungsfunktion** wird dadurch deutlich, dass einige Mitarbeiter nicht mehr das gewünschte Essen 1 erhalten, sondern nur noch Essen 2 und 3 in der Kantine vorhanden ist. Weiter geht es mit der **Selektionsfunktion**, so wird z.B. der Chef der Abteilung selektioniert (= ausgewählt), noch das letzte Essen 1 zu erhalten. Halten wir fest: Die Bildergeschichte funktioniert bisher so, dass unterschiedliche Menschen in einer Warteschlange (= **Allokationsfunktion**) warten, sich ein Beamter (= **Koordinationsfunktion**) informiert (= **Informationsfunktion**), die Essen nicht mehr alle ausreichen für alle Mitarbeiter (= **Rationierungsfunktion**) und aber ein spezieller Mitarbeiter, nämlich der Chef, ausgewählt wird, das letzte verfügbare Essen 1 zu erhalten (= **Selektionsfunktion**). Weil es auf dem Boden rutschig ist, verliert der Beamte sein Gleichgewicht (= **Gleichgewichtsfunktion**), schließlich wird das Essen an die Mitarbeiter distribuiert (= verteilt) (= **Distributionsfunktion**).

Aufgabe 2.2:

Haben Sie sich die Bildergeschichte gemerkt? Sagen Sie bitte jetzt die Bildergeschichte von vorne nach hinten auf, und zwar ohne die Begriffe. Sagen Sie danach die Begriffe auf, und zwar ohne die Bilder. Sagen Sie schließlich die Begriffe von hinten nach vorne auf.

Sie werden merken, dass die Begriffe nicht nur alle bereits im Gehirn gespeichert, sondern vielmehr auch in der richtigen Reihenfolge vorhanden sind.

2.2 Zahl-/Form-Systeme

Sie stehen vor dem Geldautomaten und brauchen dringend Bargeld. Leider fällt Ihnen Ihre eigene PIN nicht mehr ein.

Wir können uns Zahlen viel leichter merken, indem wir sie

- mit Bildern verknüpfen oder auch

- mit einer Zählmethode.

So ist es sehr viel leichter möglich, sich

- PIN-Nummern,
- Telefonnummern etc. schneller und besser zu merken.

Wenn wir jede Zahl mit einem einzelnen Bild verbinden, so lassen sich bestimmte Zahlen- und Ziffernkombinationen viel leichter merken. Zunächst muss man sich Bilder ausdenken, die Ähnlichkeit haben oder die eine gewisse Verbindung haben zur bestimmten Zahl. So lässt sich z.B. folgende Liste erstellen (diese ist jedoch individuell verschieden, am besten versuchen Sie, sich Ihr eigenes Bild zu der jeweiligen Zahl zu merken):

Zahl	Bild zur Zahl
1	Kerze
2	Schwan
3	Dreizack
4	vierblättriges Kleeblatt
5	Hand
6	Schnecke
7	Bumerang
8	Achterbahn
9	Luftballon
10	Schläger und Ball
11	zwei Tannenbäume
12	Uhr , die auf zwölf Uhr steht
13	Freitag der 13.

Aufgabe 2.3:

Fritz kann sich seine PIN-Nummer partout nicht merken, sie lautet 5143. Man versuche, mit Hilfe einer Zahl- / Formenkombination sich diese PIN-Nummer einzuprägen.

Die Zahl 5 merken wir uns, wie oben erwähnt, mit Hilfe der **Hand**, welche fünf Finger hat. Die Zahl 1 wird durch eine **Kerze** ausgedrückt. Wenn diese beiden Bilder nun verknüpft werden, indem die Hand die

Kerze hält, so wissen wir sofort, dass es sich um „5 1“ handelt. Weiterhin müssen nun der Glücksklee und der Dreizack in die Geschichte eingebracht werden. **Wenn der Glücksklee von der rechten Seite (!) von einem Dreizack aufgespießt wird**, so denken wir hier unmittelbar an 4 3. Entscheidend ist hierbei, dass der Dreizack den Klee von rechts aufspießt, damit wir uns „4 3“ und nicht etwa „3 4“ merken. Insgesamt wird durch die Hand, die die Kerze hält und darauf folgend den Glücksklee, welcher von einem Dreizack aufgespießt wird, die Zahl 5143 schließlich ausgedrückt.

LAMBERT-METHODE:

Wie lange haben Sie gebraucht, sich diese Geschichte zu merken? Bestimmt nicht länger als zwei Minuten! Der Vorteil ist nun, dass durch diese Bilder die Zahlenkombination 5143 bereits im **Langzeitgedächtnis** haften geblieben ist. Sie werden morgen und übermorgen sich diese Zahlenkombination noch merken können.

Aufgabe 2.4:

Fritz aus Düsseldorf möchte sich eine spezielle Telefonnummer merken, nämlich 8205137. Versuche, ihm mit Hilfe von Zahl-/Formsystemen zu helfen.

Die Telefonnummer beginnt mit 820, was wir uns leicht dadurch merken können, dass auf einer **Achterbahn** (= 8) ein **Schwan** (= 2) fährt und zwar in einer derartigen Geschwindigkeit, dass er laut „o“ (= 0) ruft. Dies wird auch dadurch verursacht, dass er in seiner **Hand** (= 5) eine brennende **Kerze** (= 1) hält. Er ruft deswegen „o“, weil natürlich bei der rasenden Geschwindigkeit es leicht passieren kann, dass die Kerze erlischt. Weiterhin hält er in seiner anderen Hand einen **Dreizack** (= 3), worauf ein **Bumerang** (= 7) aufgespießt ist.

Aufgabe 2.5:

Haben Sie sich durch die Bildergeschichte die Telefonnummer gemerkt? Sagen Sie sie bitte jetzt nochmals auf:

Wir sehen, dass wir uns durch Zahl-/Formsysteme bestimmte Ziffern viel leichter merken können als wenn wir lediglich „abstrakt“ und mit „Gewalt“ versuchen, uns diese Zahlen zu merken.

2.3 Virtuelle Cocktailparty

Sie haben über längere Zeit ein bestimmtes Fach gelernt und stehen nun zwei Tage vor der Prüfung. Das Problem ist, dass Sie stets alleine gelernt haben und sich bisher mit niemandem austauschen konnten. Die fehlende Motivation sorgt nun dafür, dass Sie sich immer schlechter fühlen und immer demotivierter sind. Versuchen Sie Folgendes, nämlich die sog. **virtuelle Cocktailparty**. Sie stellen sich vor einen Spiegel und stellen sich vor, dass Sie auf einer abendlichen Cocktailparty eingeladen sind und Ihrem Gegenüber von dem Gelernten berichten sollen. Tun Sie das! Reden Sie mit dem Spiegel so, als würde Ihnen die Person gegenüber zuhören! Dadurch erlernen Sie, wie der gelernte Stoff bereits sitzt (und ob er sitzt!). Sie werden, weil Sie den Stoff selbst erklären, merken, wo noch evtl. Lücken sind.

2.4 Assoziationen

Es gibt unheimlich viele Assoziationen, mit denen sich bestimmte Eigenschaften über Länder und geographische Gegebenheiten leichter merken lassen. So ist z.B. vielen der Satz bekannt „**N**ie **o**hne **S**eife **w**aschenⁿ. Mit diesem Satz lassen sich die Himmelsrichtungen **N**orden, **O**sten, **S**üden und **W**esten leichter merken. Genauso ist vielen im Mathematikunterricht nicht klar, auf welcher Achse im Koordinatensystem die Abszisse und auf welcher Achse die Ordinate steht. Wenn man hingegen weiß, dass die **O**rdinate nach **o**ben zeigt und das Wort Ordinate mit O wie oben beginnt, so ist klar, dass die Ordinate nach oben zeigt.

2.5 Raummethode

Aufgabe:

Es fällt vielen Menschen schwer, sich Wegbeschreibungen zu merken. Stellen Sie sich vor, Sie sind in einer fremden Stadt und wollen in die Ritterstraße Nr. 4. Ein Einwohner der Stadt gibt Ihnen folgende Wegbeschreibung:

Biegen Sie in die zweite Straße rechts, die Sänglerstraße, ein,
dann danach in die erste Straße rechts, nämlich in die Kölner Straße.
Folgen Sie den Straßenschildern zum Museum,

nehmen Sie die zweite Ampel links,
gehen Sie beim Fundbüro direkt nach rechts und
suchen Sie ein dunkles Gebäude mit der Nummer 4.

Diese Wegbeschreibung wird bei den meisten Menschen dazu führen, dass sie sich die ersten beiden Punkte noch leicht merken können, nachdem Sie aber in die Kölner Straße eingebogen sind, Sie dann nochmals fragen müssen, weil sie den Rest der Wegbeschreibung längst vergessen haben. Wir werden im Folgenden eine Methode kennen lernen, nämlich die **Raummethode**, nach der man hier allerdings sehr schön sich Richtungsangaben merken kann. Stellen Sie sich z.B., um eine Liste mit sechs Punkten abarbeiten zu können, geographisch sechs Punkte Ihres bekannten Bahnhofs vor:

Stelle	Ort
1	Eingangstür
2	Brötchenstand
3	Treppe zum Gleis
4	Bahnsteig oben
5	im Zug
6	Sitz am Fenster

Der Trick besteht nun darin, sich die einzelnen Punkte der Wegbeschreibung passend an den sechs Stellen des Bahnhofs zu merken. So merken wir uns beispielsweise an der Eingangstür des Bahnhofs einen Schwan (Bildform für die Zahl 2 und damit für die zweite Straße), der an der rechten Seite des Eingangs steht und der anfängt zu singen (Sängerstraße). Rechts neben dem folgenden Brötchenstand steht der Kölner Dom mit einer Kerze oben drauf (wir wissen dadurch, dass wir in die Kölner Straße einbiegen und dass dies die erste Straße rechts ist wegen der Kerze, welche die Zahlform einer 1 hat). An der Treppe zum Gleis, an der dritten Stelle der Beschreibung, stehen Straßenschilder, auf welchen Kunstwerke sind. Prompt merkt man sich hierdurch, dass man den Straßenschildern zum Museum zu folgen hat. An dem vierten Punkt des Bahnhofs, oben auf dem Bahnsteig, ist an der linken Seite eine Ampel angebracht. Hierdurch merkt man sich, dass man an der Ampel links zu gehen hat. Im Zug angekommen, findet man (= Fundbüro) an der rechten Seite einen Sitzplatz. Schließlich ist an diesem Sitzplatz am Fenster ein vierblättriges Kleeblatt, welches auf dem Sitzplatz verloren rumliegt.

Hierdurch merkt man sich, dass man ein dunkles Gebäude mit der Nummer 4 zu suchen hat, „zufällig“ ist der Sitz in Dunkelblau.

Aufgabe 2.6:

Sagen Sie nun bitte die Bildergeschichte auf.

Aufgabe 2.7:

Sagen Sie nun bitte die daraus folgende Wegbeschreibung auf.

2.6 Akronyme

Beispiele für **Akronyme** sind bestimmte Abkürzungen, die man kennt, wie z.B. TÜV für Technischer Überwachungsverein, PVC für Polyvinylchlorid, GAU für größter anzunehmender Unfall etc. Mit Hilfe sog. **erweiterter Akronyme** werden wir uns bestimmte Sachen merken.

Aufgabe 2.8:

Die fünf großen Seen in Nordamerika lauten Superior-See, Michigan-See, Huron-See, Erie-See und Ontario-See. Versuchen Sie, einen Satz zu bilden, wobei die Anfangsbuchstaben der Wörter die Anfangsbuchstaben der fünf Seen sind.

Eine mögliche Lösung von vielen liegt z.B. im folgenden Satz: **S**usanne **M**üller **h**ört **e**inen **O**-Ton. Weil man sich diesen Satz „leichter“ merken kann – denn er beinhaltet einen Zusammenhang – als die lose Reihenfolge der fünf Seen, lässt sich von dem Satz „Susanne Müller hört einen O-Ton“ leicht auf die fünf Seen schließen, die ebenfalls mit denselben Anfangsbuchstaben beginnen. Damit erhält man also die Seen Superior-See, Michigan-See, Huron-See, Erie-See und Ontario-See.

Aufgabe 2.9:

Bilde einen Satz mit erweiterten Akronymen, um die Planeten unseres Sonnensystems (in der richtigen Reihenfolge) zu behalten: Merkur, Venus, Erde, Mars, Jupiter, Saturn, Uranus, Neptun, Pluto.

Ein Beispiel hierfür wäre der Satz: **M**ilenas **V**ater **e**ilt **m**it **J**upp **s**eit **U**rzeiten **n**ach **P**aris. Durch die Anfangsbuchstaben lässt sich damit auf die

Namen und damit auch auf die richtige Reihenfolge der Planeten schließen.

Stelle	erweitertes Akronym	Planet
1	M ilenas	M erkur
2	V ater	V enus
3	e ilt	E rde
4	m it	M ars
5	J upp	J upiter
6	s eit	S aturn
7	U rzeiten	U ranus
8	n ach	N eptun
9	P aris	P luto

3 Schulfächer

Die gelernten Methoden lassen sich auf prinzipiell alle Fächer anwenden, in denen es auf **auswendig gelerntes Wissen** ankommt. Führen wir diese beispielhaft vor anhand der Fächer

- Erdkunde,
- Deutsch,
- Chemie,
- Englisch.

3.1 Erdkunde

Im Fach Erdkunde ist es z.B. oftmals von Vorteil, die Hauptstädte bestimmter Länder zu kennen. Dass dies mit viel Plackerei verbunden ist, wird klar, wenn wir einmal versuchen, wie viele Hauptstädte zu wie vielen Ländern wir tatsächlich kennen.

Aufgabe 3.1:

Versuchen wir, uns folgende Hauptstädte zu folgenden Ländern zu merken:

Land	Hauptstadt
Angola	Luanda
Bahamas	Nassau
Costa Rica	San José
Fidji	Suva
Marokko	Rabat
Oman	Maskat
Estland	Tallinn

Man sollte nun versuchen, die jeweilige Hauptstadt dem jeweiligen Land zuzuordnen. Um z.B. sich zu merken, dass Tallinn die Hauptstadt von Estland ist, könnte man sich Ester, also eine seiner Bekannten, in einem Tal am Inn vorstellen. Durch diese Assoziation von Ester im Tal am Inn kommt man dann leichter auf die Zuordnung der Stadt Tallinn zu Estland. Versuchen Sie nun, die Hauptstädte den Ländern zuzuordnen mit

Hilfe solcher Assoziationen. Wenn man sich vorstellt, dass auf den Bahamas Klauen an der Tagesordnung ist, so könnte man auf die Hauptstadt Nassau kommen, weil „der Nassauer“ im Deutschen ein Synonym für einen Dieb ist. Stellen wir uns weiterhin vor, dass der heilige Josef an der reichen Küste wohnt, so kommen wir leicht von San José auf Costa Rica. Weiterhin könnte man sich vorstellen, dass man im Oman mit Muskatnuss würzt und hierdurch darauf schließen, dass Maskat die Hauptstadt des Oman ist.

Aufgabe 3.2:

Können Sie sich noch an die Länder und ihre Hauptstädte erinnern?

Von welchem Land ist Rabat die Hauptstadt?

Was ist die Hauptstadt des Oman?

Wie war das Bild, das Sie sich zu den Bahamas gemerkt haben?

Ist Luanda die Hauptstadt von Angola oder von Costa Rica?

Von welchem Land ist San José die Hauptstadt?

Was ist die Hauptstadt von Fidji?

Ist Maskat die Hauptstadt von Marokko oder von Oman?

3.2 Deutsch

Im Fach Deutsch ist oftmals die Rechtschreibung für manche ein Problem. Man kann auch hier bestimmte Regeln entwickeln, nämlich die **Assoziation**, so dass bestimmte Wörter zwar einmal falsch geschrieben werden, man sich die richtige Schreibweise aber mit Hilfe einer Assoziation merkt. Greifen wir dieses auf anhand einer bestimmten

Aufgabe 3.3:

Im Folgenden seien die falsche (links) als auch die richtige (rechts) Schreibweise eines Wortes erwähnt. Versuchen Sie, mit Hilfe einer Assoziation, sich die richtige Schreibweise einzuprägen.

Stehgreif, Stegreif

Abendteuer, Abenteuer

Authorität, Autorität.

Aus dem **Stegreif** lassen sich bestimmte Reden schwingen, nicht aber dadurch, dass man steht und greift. Genauso hat ein **Abenteurer** wenig mit einem teuren Abend zu tun, deshalb ist Abenteurer die richtige Schreibweise, Abendteuer aber die falsche. Genauso kann ein deutscher Autor eine gewisse **Autorität** seinen Lesern gegenüber haben, ein englischer Author hingegen nicht, wenn seine deutschen Leser ihn nicht verstehen. Von daher lässt sich leichter merken, dass das Wort Autorität nicht mit „h“ nach dem „t“ geschrieben wird.

3.3 Chemie

Wie kann man sich das **chemische Periodensystem** merken, wie kann man sich, genauer gesagt, die Ordnungszahlen zu den einzelnen Elementen besser einprägen? Versuchen wir dies anhand der ersten zehn Elemente.

- 1) Wasserstoff
- 2) Helium
- 3) Lithium
- 4) Beryllium
- 5) Bor
- 6) Kohlenstoff
- 7) Stickstoff
- 8) Sauerstoff
- 9) Fluor
- 10) Neon.

Probieren wir, uns dies anhand einer **Raummethode** ins Gedächtnis einzuprägen. Wir merken uns also bestimmte Stellen, die wir ablaufen und an denen bestimmte Handlungen passieren, welche uns zu den gewünschten Elementen führen. Direkt am See, der voll mit Wasser ist (= Wasserstoff) liegt ein **Helikopter-Landeplatz** (= Helium). Hier lässt sich also **literweise** (= Lithium) Wasser einfüllen. Danach gehen die Menschen mit der Literflasche ins **Berner Museum** (= Beryllium) und rufen laut „**Bor**“ (= Bor), weil sie etwas Tolles entdecken. Außerdem sehen sie, wie Bergarbeiter, mit **Kohle** verschmiert (= Kohlenstoff), aus dem Museum laufen, und schwer husten, weil sie halb **erstickt** sind (= Stick-

| do, did, done.

Wie kann man sich diese unregelmäßigen Verben leichter ins Hirn „einbrennen“? Anhand einer Reimmethode lassen sich die Verben sehr viel leichter abspeichern. So z.B. folgendermaßen:

begin	began	begun
beginne mit dem Hahn		
catch	caught	caught
greife nach dem Brot		
drink	drank	drunk
trinke aus dem Tank		
see	saw	seen
siehe nicht nach Wien		
do	did	done
tun alle – aber wann?		

Wir sehen also, dass wir die Grundform des Verbs mit ihrer jeweiligen Übersetzung belegen. Weiterhin wird die letzte Form mit einem deutschen Wort belegt, das einen ähnlichen Klang hat, so z.B. „begun“ und „Hahn“ oder „drunk“ und „Tank“. Dadurch, dass sich das Gehirn bestimmte Klangfolgen und bestimmte Reime leichter merken kann, erfolgt dadurch die Assoziation von dem Klang und dem Reim auf das zu merkende englische Wort.

Aufgabe 3.6:

Können Sie die englischen Verben und die zugehörigen deutschen Reime wiederholen?