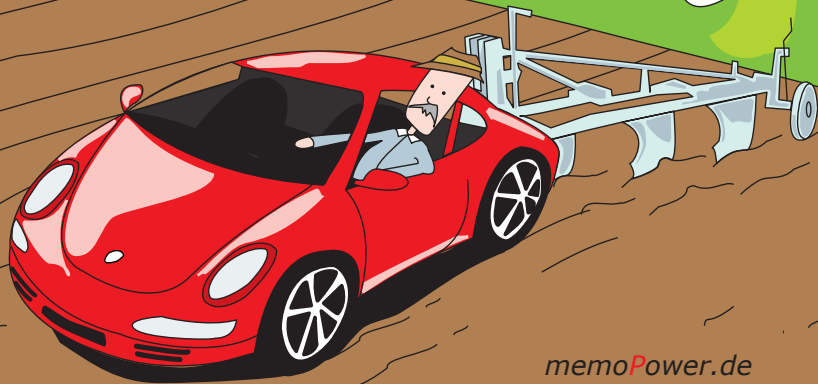


Gedächtnistraining

einfach so nebenbei

Lern-Denken auf vergnügliche Art!



*memo*Power.de

Ein Audio-Training einfach so nebenbei: beim Autofahren, in der Bahn, im Ohrensessel...
1 CD mit 74 Min. Laufzeit sowie 16-seitiges Booklet

Inhaltsverzeichnis zum Audio-Training

- Weshalb hat Ihr Gedächtnis riesige Reserven?
- Warum ist Ihre Motivation ‚nur‘ ein An- / Aus-Schalter?
- Welche Bedeutung hat Ihr Vorwissen?
- Warum kommen Sie mit Umwegen schneller zum Gedächtnis-Erfolg?
- In welchen Situationen denken Sie sowieso in Umwegen?

- Wie können Sie sich rechtzeitig erinnern, etwas Bestimmtes zu tun?
- Wie verknoten Sie Ihr virtuelles Taschentuch?
- Warum sind Sie in den Keller gegangen?
- Wie prägen Sie sich Informationspaare ein?
- Was machen Sie, wenn Ihnen konkrete Vorstellungen fehlen?

- Wofür können Sie kreative Verknüpfungspaare sonst noch nutzen?
- Was hat es mit der Bedürfnispyramide auf sich?
- Was fällt Ihnen zur Bedürfnispyramide künftig als Erstes ein?
- Wie gefallen Ihrem Gedächtnis solche Fantasiegeschichten?
- Was hat Ihre Tante in Amerika mit Gedächtnistraining zu tun?

- Wie können Sie sich Vokabeln oder Fremdwörter einprägen?
- Wie erinnern Sie sich an die europäischen Hauptstädte?
- Welche Lernbewegungen bewegen Ihr Gedächtnis?
- Wie übersetzen Sie Vokabeln in 'Gebärdensprache mit Ton'?
- Welche Rolle spielen Orte in Ihrem Gedächtnis?

- Warum funktioniert die Methode Ihrer Orte?
- Wie nutzen Sie die Methode Ihrer Orte im Einstellungs-Interview?
- Wie lesen Sie Ihre Stichworte vom Gesicht des Gesprächspartners ab?
- Wie machen Sie Ihre abstrakten Stichpunkte anschaulich?
- Welche Ordnungssysteme wählen Sie für Ihre Methode der Orte?

- Welche Plätze haben Ihre Verkäufer im Vertriebswettbewerb erreicht?
- Welche Bilder können Sie aus der Bedeutung von Zahlen ableiten?
- Wofür nutzt Ihnen die Rangpositions-Methode sonst noch?
- Wie verbessern Sie auch Ihr Namensgedächtnis?
- Warum können Sie sich Zahlen mit Hilfe von Zahlen merken?

- Wie groß ist Ihr Vorrat an bekannten Zahlen?
- Welche Bedeutungen haben Zahlen für Sie bereits?
- Was halten Fachleute vom kreativen Lern-Denken?
- Drei ergänzende Tipps zum Ende Ihres Audio-Trainings

Zur Einstimmung

Eine alte Schulweisheit lautet: „Kapieren statt Pauken!“ -
Kapieren (‚verstehendes Lernen‘) reicht jedoch häufig nicht aus:

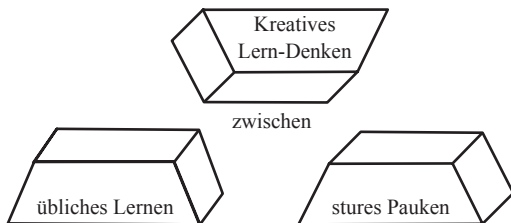
1. Manche Inhalte sind objektiv überhaupt nicht verstehbar, zum Beispiel, dass der höchste Kirchturm der Welt 161 Meter hoch ist.
2. Manche Informationen wollen Sie sich zwar einprägen, aber Sie *wollen* sich hierzu *nicht* mit den *Hintergründen* auseinandersetzen, zum Beispiel, warum sich die meteorologischen Tiefs auf der Nordhälfte der Erdkugel immer *gegen* den Uhrzeigersinn drehen.
3. Manche Lerninhalte *können* Sie zum aktuellen Zeitpunkt - trotz intensiver Beschäftigung - leider *noch* nicht verstehen; aber Sie wollen zumindest die Fakten hierzu in den Kopf bekommen.
4. Es gibt zusammenhängende Informationsmengen, die Sie zwar sehr gut verstehen, die Sie aber dennoch nicht frei aus der Erinnerung vortragen können, zum Beispiel eine selbst verfasste Rede.

Die Lösung

Mit Hilfe des kreativen Lern-Denkens steigern Sie Ihre ‚normale‘ Gedächtnisfähigkeit ganz erheblich. (‚Gedächtnis‘ kommt von ‚gedacht‘.)

Kreativ bildhaft-verknüpfendes Denken hinterlässt in Ihrem Gedächtnis leicht nachvollziehbare ‚*Erinnerungsspuren*‘ - quasi automatisch. - Als Führungskraft oder Bildungs-Profi setzen Sie diese Methode ein, damit auch Ihre Mitarbeiter / Ihre Schulungsteilnehmer schneller lernen und dauerhafter behalten.

Das kreativ bildhaft-verknüpfende Denken hat sich bereits in der Antike bewährt (antike ‚Loci-Technik‘). - Zunehmend wird diese Methode auch (wieder!) in den Schulen und in der Erwachsenenbildung gelehrt und gelernt ...



ergänzende Übung: ‚Städte und Museen‘

Bitte prägen Sie sich ein, in welcher Stadt es welches Museum gibt.

Stuttgart	-	Landwirtschafts-Museum
Frankfurt	-	Straßenbahn-Museum
Hamburg	-	Post-Museum
München	-	Jagd-Museum
Aachen	-	Zeitungs-Museum
Berlin	-	Rundfunk-Museum
Nürnberg	-	Gewerbe-Museum
Köln	-	Museum für ostasiatische Kunst
Bremen	-	Übersee-Museum
Heidelberg	-	Apotheker-Museum
Düsseldorf	-	Keramik-Museum
Kassel	-	Tapeten-Museum
Ulm	-	Brot-Museum
Dessau	-	Polizeihistorisches Museum
Dresden	-	Hygiene-Museum
Kiel	-	Brandschutz-Museum
Wuppertal	-	Uhren-Museum
Hannover	-	Wilhelm-Busch-Museum

ergänzende Übung: ‚Bedürfnis-Pyramide nach Maslow‘

Bitte prägen Sie sich die fünf Stufen der Maslow’schen Bedürfnis-Pyramide ein, und zwar in der richtigen Reihenfolge.

- erste Ebene: elementare Bedürfnisse
(insbesondere Essen, Trinken, Schlafen, Sexualität)
- zweite Ebene: das Bedürfnis nach Sicherheit
(zum Beispiel Leben, Gesundheit, Erhalt des Arbeitsplatzes)
- dritte Ebene: Bedürfnis nach sozialen Kontakten
(Menschen haben das Bedürfnis, mit anderen zusammen zu wohnen und mit ihnen gemeinsam etwas zu unternehmen.)
- vierte Ebene: Bedürfnis nach Anerkennung
- fünfte Ebene: Bedürfnis nach Selbstverwirklichung
(zumindest in Teilbereichen so zu leben, wie man sich das vorstellt)

ergänzende Übungen: dreimal ,20 Begriffe‘

Bitte verknüpfen Sie die Begriffe jeder Liste zu jeweils einer Fantasiegeschichte (,Reise zur Tante nach Amerika‘). - Anschließend können Sie die drei Listen *miteinander verbinden*, also den letzten Begriff der ersten Liste mit dem ersten Begriff der zweiten Liste und den letzten Begriff der zweiten Liste mit dem ersten Begriff der dritten Liste.

1. Liste: Herz - Flugzeug - Drache - Heißluftballon - Telefon - Elefant - Teddybär - Fliege - Bücher - Schleife - Telefonzelle - Muschel - Glühbirne - Barhocker - Schatztruhe - Wappen - Trinkglas - Drucker - Briefkasten - Vorhängeschloss
2. Liste: Seepferdchen - Armbanduhr - Schachspiel - Doppeldeckerbus - Sackkarre - Rettungsring - Trompete - Kopf - Schiff - Hexe - Pinsel - Einbrecher - Schachspiel - Bananen - Boxhandschuhe - Apfel - Kartenspiel - Landhaus - Trommel - Rettich
3. Liste: Tempel - Säugling - Glocke - Büroklammer - Pyramide - Tachometer - Engel - Helm - Efeu - Kanu - Knallbonbon - Sektkorken - Katze - Schneemann - Suppentasse - Fleischspieß - Wikinger - Mond - Pokal - Tanne

Hinweis:

Auf www.memoART.de finden Sie eine Prüf-vor-Kauf-Software, die zwölf Tableaus mit jeweils 40 Begriffen enthält. Damit können Sie Ihre Fähigkeit trainieren, Verknüpfungs-Geschichten zu entwickeln. Innerhalb der Software können Sie unterschiedliche Schwierigkeitsgrade einstellen.

Abbildung: Bildausschnitt aus einem Tableau von memoART



ergänzende Übung: ‚16 europäische Staaten und deren Hauptstädte‘

Bitte prägen Sie sich ein, welches die Hauptstadt welches Staates ist.

Albanien	-	Tirana
Bosnien-Herzegowina	-	Sarajewo
Bulgarien	-	Sofia
Estland	-	Tallinn
Kroatien	-	Zagreb
Lettland	-	Riga
Mazedonien	-	Skopje
Rumänien	-	Bukarest
Slowakei	-	Bratislava
Slowenien	-	Ljubljana
Tschechien	-	Prag
Ukraine	-	Kiew
Ungarn	-	Budapest
Weißrussland	-	Minsk
Litauen	-	Vilnius
Moldawien	-	Kischinau

ergänzende Übung: ‘Acht Fragen an einen Bewerber‘

Bitte prägen Sie sich die acht Fragen ein, und zwar mit Hilfe der ‚Orte‘ am menschlichen Kopf.

- Was waren Ihre bislang größten beruflichen Erfolge?
- Welche beruflichen Tätigkeiten üben Sie am liebsten aus?
- Was haben Sie in den letzten zwölf Monaten freiwillig für Ihre berufliche Weiterbildung getan?
- Was bedeutet für Sie ‚Mitarbeiterführung‘?
- Wenn Sie einen Stellvertreter für sich auszuwählen hätten: Worauf würden Sie bei Ihrer Wahl besonders achten?
- Mit welcher Art von Chef kommen Sie wahrscheinlich nicht gut zurecht?
- Wer war / ist für Sie ein berufliches Vorbild?
- Was wollen Sie in fünf Jahren beruflich erreicht haben?

Vereinfachte Aufzählung einer Empfehlung in ‚Unternehmen im Wettbewerb‘ (etwa 1986)

ergänzende Übung: ‚Platzierung von Prominenten‘

Bitte prägen Sie sich ein, welche Prominente welche Platzierungen erreicht haben.

1. Platz: Herr Beckenbauer

2. Platz: Frau Graf

3. Platz: Herr Becker

4. Platz: Frau Merkel

5. Platz: Herr Lehmann

6. Platz: Herr Kahn

7. Platz: Herr Schumacher

8. Platz: Frau Schavan

9. Platz: Herr Köhler

10. Platz: Frau von der Leyen

ergänzende Übung: ‚Welche Bedeutungen haben Zahlen für Sie bereits?‘

Bitte überlegen Sie, welche ‚Bedeutung‘ folgende Zahlen haben:

37	20	52	180	753	30
50	130	60	273	911	80
99	40	360	333	1001	25
66	2412	90	380	0815	32
110	314	114	750	42	36

Hier finden Sie Lösungshinweise (Es gibt aber auch andere 'Lösungen'.):

Jahreszahl der Schlacht bei Issos - Anzahl der Felder beim Roulette (plus die Null) - in so vielen Tage eine Reise um die Welt - Anzahl der Minuten in der Stunde - die ersten Ziffern der Zahl Pi - Körpertemperatur - umgangssprachlich für ‚nichts Besonderes‘ (ursprünglich ein Maschinengewehrtyp im Ersten Weltkrieg) - Grad im Halbkreis - mit so viel ‚Jahren fängt das Leben an‘ - Gründungsjahr der Stadt Rom - Sportwagentyp - Tage der Fastenzeit - Goldene Hochzeit - Anzahl der Suren im Koran - ‚Märchen-Zahl‘ - Kilometer beim Marathonlauf - Inhaltmenge einer normalen Weinflasche - derzeit größtes Passagierflugzeug der Welt - Silbernes Jubiläum - das letzte Jahrhundert - Anzahl von Luftballons - Hürdenlaufdistanz - Grad im Rechten Winkel - Richtgeschwindigkeit auf deutschen Autobahnen - Wochen im Jahr - Heilig Abend - absoluter Temperatur-Nullpunkt - Dauer eines Krieges vor ein paar Jahrhunderten - Zinstage pro Jahr - Zähne im kompletten Gebiss eines Erwachsenen

Liste der besprochenen türkischen Vokabeln

Sandalye - Stuhl // Köpek - Hund // Terazı - Waage
Kova - Eimer // Ayna - Spiegel // Kürek - Spaten

Muster von Lernkarten

Wenn es Ihnen wichtig ist, zumindest bestimmte Gesprächspartner auch in *unangekündigten* Situationen mit Namen ansprechen zu können, dann simulieren Sie doch unerwartete Begegnungen! Hierfür bietet sich die einfach geniale Lernkarten-Technik an.

Namensgedächtnis	Simonides von Keos Einprägungs- / Erinnerungshilfe: _____ memocard.de _____
* um 556 v. Chr. Er entwickelte angeblich die 'Loci'-Technik, bei der man sich die Stichpunkte einer Rede dadurch einprägt, dass man sie mit Plätzen eines Ortes verknüpft. Begründer der antiken Mnemotechnik _____ memocard.de _____	

Das Lernkarten-Prinzip kennen Sie möglicherweise bereits aus Ihrer Schulzeit, als Sie auf diese Weise Vokabeln wiederholend lernten. - Das Lernkarten-Prinzip können Sie aber auch auf alle anderen Wissensinhalte anwenden!

Berufsbildungsrecht (AEVO)	<ul style="list-style-type: none">- nach Anhörung der 'Beteiligten' (des Ausbildenden und der Berufsschule)- sofern die Leistung des Auszubildenden dies rechtfertigen- Rechtsprechung: sofern der Betrieb in der verbleibenden Zeit alle bislang noch nicht vermittelten Inhalte vermitteln kann
Unter welchen Voraussetzungen wird die 'zuständige Stelle' einem Antrag auf vorzeitige Zulassung zur Abschlussprüfung zustimmen? § 45 (1) BBiG	

memocard

Die Abbildung zeigt eine von 400 Lernkarten zur Vorbereitung auf die Ausbildeignungsprüfung (nach AEVO); zu beziehen bei Reinhold Vogt, info@memoPower.de

Nützliche Informationen und Hilfen zur Lernkarten-Idee finden Sie auf www.memocard.de und auf www.Lernkartei.biz.

Hinweis:

Bei den auf der CD und im Beileger verwendeten Begriffe 'Swatch', 'Porsche' und 'MindMap' handelt es sich um geschützte Markenbezeichnungen.

memoPower.de

Informationen über das Konzept der innovativen *memoPower* Gedächtnistrainings und Workshops

gedaechtnistraining.biz

Fachbeiträge zu 'Lernen, Lehren & Gedächtnistraining'

mnemonik.de

kostenfreies Abonnement der monatlichen 'memoNews'

lernkartei.biz

umfassende Informationen und Beispiele zum besonders rationellen / effizienten Wiederholungs-Lernen

memocard.de

Software zum Erfassen und komfortablen Ausdrucken von Lernkarten / *MemoCards*

memosoft.de

mehrere kostenfreie Software-Programme zu 'Lernen & Gedächtnistraining'

Serviceangebot:

kostenfreie Dokumentation für Unternehmensleitungen und Verantwortliche im Bereich

„Personalentwicklung / Weiterbildung“:

„30% bis 50% Einspar-Potenzial bei der Ein-
arbeitung und der fachlichen Weiterbildung

Ihrer Mitarbeiter“

Bitte anfordern unter: info@memoPower.de

Text:

Reinhold Vogt

Sprecher:

Martin Falk

Sprecherin:

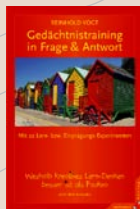
Claudia Lewerenz

Tonstudio:

schoko pro

Layout:

Verena Ilger



Das Audio-Training basiert auf dem Buch „Gedächtnistraining in Frage und Antwort“, Junfermann-Verlag; ISBN 978-3-87387-685-9, € 9,95.

Gedächtnstraining einfach so nebenbei -

Lern-Denken auf vergnügliche Art

1. Weshalb hat Ihr Gedächtnis riesige Reserven?
2. Warum ist Ihre Motivation ‚nur‘ ein An- / Aus-Schalter?
3. Welche Bedeutung hat Ihr Vorwissen?
4. Warum kommen Sie mit Umwegen schneller zum Gedächtnis-Erfolg?
5. In welchen Situationen denken Sie sowieso in Umwegen?
6. Wie können Sie sich rechtzeitig erinnern, etwas Bestimmtes zu tun?
7. Wie verknoten Sie Ihr virtuelles Taschentuch?
8. Warum sind Sie in den Keller gegangen?
9. Wie prägen Sie sich Informationspaare ein?
10. Was machen Sie, wenn Ihnen konkrete Vorstellungen fehlen?
11. Wofür können Sie kreative Verknüpfungspaare sonst noch nutzen?
12. Was hat es mit der Bedürfnispyramide auf sich?
13. Was fällt Ihnen zur Bedürfnispyramide künftig als Erstes ein?
14. Wie gefallen Ihrem Gedächtnis solche Fantasiegeschichten?
15. Was hat Ihre Tante in Amerika mit Gedächtnistraining zu tun?
16. Wie können Sie sich Vokabeln oder Fremdwörter einprägen?
17. Wie erinnern Sie sich an die europäischen Hauptstädte?
18. Welche Lernbewegungen bewegen Ihr Gedächtnis?
19. Wie übersetzen Sie Vokabeln in ‚Gebärdensprache mit Ton‘?
20. Wie lernen Sie ‚Gruppe‘ pantomimisch?
21. Welche Rolle spielen Orte in Ihrem Gedächtnis?
22. Warum funktioniert die Methode Ihrer Orte?
23. Wie nutzen Sie die Methode Ihrer Orte im Einstellungs-Interview?
24. Wie lesen Sie Ihre Stichworte vom Gesicht des Gesprächspartners ab?
25. Wie machen Sie Ihre abstrakten Stichpunkte anschaulich?
26. Welche Ordnungssysteme wählen Sie für Ihre Methode der Orte?
27. Welche Plätze haben Ihre Verkäufer im Vertriebswettbewerb erreicht?
28. Welche Bilder können Sie aus der Bedeutung von Zahlen ableiten?
29. Wofür nutzt Ihnen die Rangpositions-Methode sonst noch?
30. Wie verbessern Sie auch Ihr Namensgedächtnis?
31. Warum können Sie sich Zahlen mit Hilfe von Zahlen merken?
32. Wie groß ist Ihr Vorrat an bekannten Zahlen?
33. Welche Bedeutungen haben Zahlen für Sie bereits?
34. Was halten Fachleute vom kreativen Lern-Denken?
35. Drei ergänzende Tipps zum Ende Ihres Audio-Trainings



Reinhold Vogt,
Deutschlands innovativer
Lerntechnik- / Gedächtnis-Trainer

Reinhold Vogt hat sich auf das Thema ‚Lernen, Lehren & Gedächtnistraining‘ spezialisiert. Als ausgewiesener Experte auf diesem Gebiet führt er branchen-übergreifende Trainings auch für Top-Führungskräfte, Fach-Spezialisten und Lehrer durch.

In seinen interaktiven Impulsvorträgen auf Kongressen und in Incentivveranstaltungen lässt er seine Zuhörer / Teilnehmer erleben, welch hervorragendes Gedächtnis sie haben - vorausgesetzt, dass sie gedächtnis-freundlich denken. Denn ‚Gedächtnis‘ kommt von ‚gedacht‘! Das Audio-Training basiert auf dem Buch von Reinhold Vogt ‚Gedächtnistraining in Frage & Antwort - Weshalb kreatives Lern-Denken besser ist als Pauken‘.

ISBN 978-3-00-021310-6



LC 05699

Unverbindliche
Preisempfehlung

14,95 €

9 783000 213106