

WEITERBILDUNG

Gedächtnistraining

Die Kraft der Bilder

Peinlich, wenn einem im Gespräch Namen nicht mehr einfallen. In entscheidenden Situationen des Berufslebens kann das Sympathien kosten. Es ist aber möglich, sich durch Visualisierung Namen, Gesichter und Informationen über Personen besser zu merken. Oliver Geisselhart gibt eine Einführung in diese Methode des Gedächtnistrainings.

Jeder, der mit Menschen zu tun hat, hat die folgende Situation schon einmal erlebt: Sie treffen oder besuchen einen Kunden, einen Partner oder einen Mitarbeiter zum zweiten oder x-ten Mal - und, wie kann das sein, der Name ist weg. Auch wissen Sie nicht mehr genau, was er Ihnen beim letzten Gespräch erzählt hat. Dabei wäre es gerade jetzt so wichtig, dass Sie sich daran erinnern. Selbstverständlich können Sie jetzt nicht Ihre Akte aufschlagen und erst einmal alles nachlesen, was Sie dort notiert haben, abgesehen davon, dass Sie ja beim vorigen Gespräch auch nicht pausenlos mitgeschrieben haben. Noch schlimmer wird es, wenn Sie eine Ihnen bekannte Person in einer neuen Umgebung treffen. Dort rechnen Sie nicht damit. Die Person kommt Ihnen bekannt vor, aber der Name will Ihnen nicht einfallen.



Autor

Oliver Geisselhart,
Training & Beratung,
Dortmund, Telefon:
0231/95256792, training@teamgeisselhart.de

Praxisbeispiel am Telefon

Sie haben also zum Beispiel erfahren, dass Frau Rosenthal in diesem Winter endlich Skilaufen lernen möchte, dass Herr Zander sich einen neuen Bechstein-Flügel kaufen will, dass Oberlehrer Emmentaler vor hat, ein Zimmer seines Hauses komplett mit Bücherregalen auszustatten, dass Verkaufsleiter Hasenpfeffer bei der letzten Messe sehr nervös war, weil seine Tochter gerade in der schriftlichen Abitur-Prüfung steckte, dass Einkäufer Heimerdinger auf der Suche nach einem schönen Teewagen für sein Ferienhaus in der Toscana ist und dass Frau Stierle am liebsten mal ein Wochenende in ihrem Garten in der Hollywood-Schaukel verbringen würde.

Notieren Sie sich die Namen der eben genannten Personen und probieren Sie nach einer Weile, ohne nochmaliges nachlesen, die gehörten, beziehungsweise gelesenen Informationen den Namen zuzuordnen.

Am Telefon sehen Sie Ihr Gegenüber nicht und müssen nur den Namen verbildern und dieses Bild mit dem Anliegen beziehungsweise dem Gesagten in Verbindung bringen. Dazu machen Sie aus dem, was Sie sich merken wollen, eine möglichst lustige und skurrile Geschichte. Spielen Sie diese vor Ihrem inneren Auge durch, verbildern Sie die erhaltenen Informationen, denn: Wer in Bildern denkt, vergisst nichts. Bei Personen beziehungsweise Motiven, die Sie sich deutlich als Bild oder kleine Geschichte vorstellen, werden Sie auch die passenden Daten und Fakten ohne Probleme dauerhaft abspeichern. Die obigen Namen

Vor allem die kleinen Dinge, die Sie so nebenbei von Ihren Kunden erfahren, können Ihnen von Nutzen sein: Wenn Sie sich an die Details erinnern können, die Herr Maier bezüglich der Informationswege in seiner Firma beschrieben hatte, wenn Sie noch wissen, wer in Firma Huber & Co. der maßgebliche Entscheidungsträger ist, den Sie zusammen mit Ihrem Ansprechpartner von dem neuen Produkt überzeugen müssen, wenn Ihnen im rechten Moment einfällt, dass Frau Schmidt noch auf die Genehmigung für das Budget warten muss, dann sind das für Sie Informationen von unschätzbarem Wert - vorausgesetzt natürlich, Sie können sich zuverlässig und exakt daran erinnern.

Doch nicht nur betriebliche Fakten sind es, die Ihnen Vorteile verschaffen: Ihr Mitarbeiter oder Kollege, Herr Krause, erwähnt das bevorstehende Wochenende und Sie können ihm beiläufig einen „Guten Fang“ wünschen, weil Sie noch genau wissen, dass er regelmäßig zum Angeln geht - er wird mit Sicherheit positiv überrascht sein. Und wenn Ihnen zum richtigen Zeitpunkt wieder einfällt, dass die Gattin des Herrn Berger mit Begeisterung bayerische Weißwürste isst, dann bringen Sie ihr beim nächsten Besuch zwei Paar mit.

und Anliegen merken Sie sich zum Beispiel wie folgt:

- ▶ Frau Rosenthal steht in kompletter Montur mit Skier und Stöcken in einem Rosen-Tal (statt Schnee-Tal).
 - ▶ Herr Zander nagelt einen riesigen Fisch (einen Zander) auf dem neuen Flügel zum trocknen fest.
 - ▶ Herr Emmentaler findet ein Stück Emmentaler-Käse in seinem Bücherregal, dass wegen der hohen Temperaturen über einem wertvollen Kunstband zerlaufen ist.
 - ▶ Herrn Hasenpfeffers Tochter hat sich nicht allzu fleißig den Prüfungsvorbereitungen gewidmet, stattdessen hat sie lieber ihre Hasen mit Pfeffer-schoten gefüttert.
 - ▶ Herr Heimerdinger ist für sein Heim auf der Suche nach so einem Ding(er), und zeigt Ihnen mit den Händen die Größe des gesuchten Teewagens.
 - ▶ Und Frau Stierle hat leider keinen Platz mehr auf ihrer Hollywood-Schaukel, da zwei kleine Stiere es sich bereits darin bequem gemacht haben.
- Versuchen Sie nun, sich anhand Ihrer Namensliste an die einzelnen Punkte zu erinnern - Sie werden sehen, es wird Ihnen gelingen.

Praxisbeispiel beim direkten Treffen

Hier sehen Sie Ihren Gesprächspartner und können deshalb das Bild des Namens direkt mit der Person, mit dessen Gesicht oder mit einem eventuell auffälligen Merkmal verknüpfen. Sie treffen Frau Botchek. Sie hat Haare bis an die Hüften. Nun gehen Sie die fünf Schritte im Kasten einen nach dem anderen durch:

1. Namen deutlich hören
2. Achten Sie dabei lediglich auf



Sie wissen noch genau, dass Herr Müller ein passionierter Jäger ist, dass Herr Schalluske beim letzten Besuch ganz nervös auf die Geburt seines dritten Kindes wartete und dass die sympathische Frau Lindner Ihnen anvertraute, dass sie von ihrem neuen Kleinwagen begeistert ist. Wenn Sie die Kleinigkeiten am Rande im passenden Moment wieder abrufen und in das Gespräch mit einfließen lassen können, wird Ihnen das Sympathien und bessere Beziehungen verschaffen.

Tipp

Mit den folgenden fünf Punkten speichern Sie Namen und Gesichter mühelos und dauerhaft:

1. Namen deutlich hören.
2. Namen Bilder geben.
3. Person, Gesicht, evtl. auffällige Merkmale beachten (am Telefon das Anliegen der Person benutzen).
4. Bild des Namens mit dem Bild der Person, des Gesichtes oder dem auffälligen Merkmal verknüpfen (am Telefon gilt das Anliegen als Bild statt die Person).
5. Die Verknüpfung bleibt Ihr Geheimnis.

Beispiele für Assoziationen

- ▶ Herr Kostreva steht am Kiosk, will Zigaretten kaufen und fragt „was kost' die Reval?“ Vielleicht hat er als auffälliges Merkmal noch graue Haare oder einen grauen Bart. Das kommt natürlich vom vielen Reval rauchen.
- ▶ Frau Spiller spielt gern. Sie trägt auch gerne bunte Kleidung. Bunt wie Spielzeug.
- ▶ Herr Winzinger ist, zumindest in Ihrer Fantasie, winzig.
- ▶ Herr Fierek balanciert ein großes Viereck auf seinem Kopf.
- ▶ Frau Kiwitt isst ungerne Kiwi. Die sind für sie igitt.

Wie bilden Sie Assoziationen?

1. Je ungewöhnlicher desto einprägsamer.
2. Sehen Sie Ihr Bild vor Ihrem geistigen Auge.
3. Seien Sie spontan, grübeln Sie nicht lange über die passende Assoziation nach, sondern entscheiden Sie sich für die erste, die Ihnen einfällt.
4. Hören, fühlen, riechen und schmecken Sie Ihr Bild.
5. Übertreiben Sie.
6. Kein Druck, locker bleiben.

Fantasie ist gefragt, um sich Namen und Personen merken zu können. Je skurriler, desto besser.

die richtige Aussprache und machen Sie es sich zur Gewohnheit den Namen immer selbst noch einmal auszusprechen.

1. Namen verbildern
Als Bild für den Namen Botchek könnte Ihnen, wenn Sie ihn in Silben zerlegen, vielleicht für die erste Silbe „Bot“ ein Boot oder Boccia einfallen. Für „Chek“ fällt ihnen Scheck ein.
2. Person, Gesicht, evtl. auffällige Merkmale beachten.
Die Haare sind das auffällige Merkmal.
3. Bild des Namens mit dem Bild der Person, des Gesichtes oder dem auffälligen Merkmal verknüpfen.
An den langen Haaren hängen Boccia-Kugeln. Diese bezahlt sie mit einem Scheck.
4. Die Verknüpfung bleibt Ihr Geheimnis.

Damit Sie nicht Frau Bocciascheck sagen, sind Sie sich natürlich bewusst, dass das gemachte Bild nur ein Schubser in die richtige Richtung sein soll. Da unser Gehirn nach dem „Ähnlichkeits-Gesetz“ funktioniert, reicht es, wenn das Bild ähnlich ist. Sie kommen über dieses Bild aber wieder auf den Namen.

Anzeige

