

# MACHER

Das regionale Wirtschaftsmagazin

Einführungspreis: 1 Euro

## Gedächtnispower macht stark

Wer Kunden binden, Vorträge halten oder den Tagesablauf reibungslos gestalten will, ist mit einem guten Gedächtnis besser dran: keine Namen vergessen, den Faden nicht verlieren, keine Termine verschwitzen. „Kopf oder Zettel?“, ist die Frage, die Trainer und Buchautor Oliver Geisselhart zu Gunsten des Kopfs beantwortet: „Ihr Gedächtnis kann wesentlich mehr als Sie denken!“

Die Geisselhart-Methode ([www.teamgeisselhart.de](http://www.teamgeisselhart.de)) arbeitet mit Bildern und Assoziationen. Im BDVT-Vortrag in Bitburg bewies der als „Gedächtnistrainer des Jahres“ gelobte Betriebswirt Geisselhart, dass es mühelos möglich ist, sich mehr als 20 Begriffe in ihrer Kombination mit Zahlen zu merken. Das Geheimnis: Die Zahlen von null bis zehn werden vor dem inneren Auge mit Bildern gekoppelt. Die 4 etwa ist ein Kleblatt, die 5 eine Hand, die 9 eine Schlange. Wer sich merken will, dass das neunte Meeting des Tages eine Verabredung ins Kino ist, der stellt sich vor, wie er vor dem Ticketschalter Schlange steht. „Je ungewöhnlicher und lustiger Ihr innerer Film oder Ihr Bild ist, desto einprägsamer“, rät Geisselhart. Die Assoziationen solle man spontan kommen lassen und nicht lange darüber nachdenken. Übertreibungen

seien dabei gut und nützlich. Eine solche „Verbildering“ helfe nicht nur bei der Reihenfolge von Terminen oder bei der Struktur frei gehaltener Referate, sondern auch dabei, für die Kunden oder Geschäftspartner stets den richtigen Namen parat zu haben.

Generell hätten Frauen ein besseres Gedächtnis als Männer, die rund 90 Prozent ihrer Gedankenleistung allein mit der linken Hirnhälfte regeln. Frauen dagegen denken assoziativer: zu 60 Prozent „links“ und zu 40 Prozent „rechts“. Der Trost für alle Männer im Business, die ein effektiveres Erinnerungsvermögen anstreben: Es ist alles eine Sache der Übung. Eines allerdings sei ebenfalls wichtig: Die unbedeutend gewordenen Dinge auch wieder zu vergessen und die Bilder im Kopf frei zu machen für die neuen, wichtigen Sachen. ■ *Angelika Koch*  
Weitere Termine:

**10. März**, IHK-Zentrum Trier:  
„Die marktfaktor akademie stellt sich vor“. Im Anschluss Vortrag und Diskussion „Alles sichtbar – kreative Präsentation und Visualisation“. Referent: Axel Rachow

**12. April**, Sparkasse Trier,  
Theodor-Heuss-Allee: Gemeinschaftsveranstaltung Marketing-Club-Trier und BDVT: „Motivation mit der Methode Fish“ – Referent: Michael Ehlers.