

die neuen bücher

Das aktuelle Lesemagazin

WIRTSCHAFTS-SPECIAL

Nie wieder den Hochzeitstag vergessen

Oliver Geisselhart, Gedächtnistrainer des Jahres 2000, erklärt in seinen Büchern „Souverän freie Reden halten“ und „Kopf oder Zettel?“, wie man mit Hilfe von einfachen Techniken und dem Arbeiten mit Bildern die eigene Merkfähigkeit deutlich steigern kann.

Herr Geisselhart, als 16-jähriger waren Sie Europas jüngster Gedächtnistrainer. Wie kamen Sie dazu?

Oliver Geisselhart: Mein Onkel Roland R. Geisselhart war damals sehr erfolgreich als Gedächtnistrainer. Ich besuchte seine Seminare, seit ich 12 war. Im Sommer 1984 konnte er ein Seminar nicht halten und bat mich, einzuspringen. Mit einem gesunden Selbstvertrauen ausgestattet, sagte ich spontan zu. Und alle Teilnehmer waren zufrieden!

„Aus Worten Bilder machen“ ist ein Schlüsselprinzip der Geisselhart-Methode. Ist es nicht gleichgültig, ob ich mir ein Wort oder ein Bild merken muss?

Oliver Geisselhart: Nein. Da Bilder auf der Großhirnrinde wesentlich mehr Platz einnehmen und vor allem viel mehr Gefühle erzeugen, entstehen Nervenverknüpfungen im Gehirn, die sehr stark sind. Worte können nur durch zügliche Wiederholung leisten, was ein Bild durch einmaliges Einprägen schafft.

Für wen eignet sich Ihre Methode und welche Ergebnisse erreicht man damit?

Oliver Geisselhart: Sie eignet sich für jedermann, der sich mehr merken möchte. Egal, ob es um To-Do-Listen, Termine, PIN- und Telefonnummern oder Namen und Gesichter geht. Die Stichpunkte einer Rede merkt sich jeder genauso wie Vokabeln einer neuen Sprache. Der durchschnittliche Anfänger verdreifacht seine Gedächtnisleistung sehr schnell, manche verfünffachen ihre Leistungen sogar.

Wie lange dauert es, bis einem die Methode in Fleisch und Blut übergegangen ist?



Oliver Geisselhart
Kopf oder Zettel?
Ihr Gedächtnis kann wesentlich mehr als Sie denken
Mit CD-ROM
250 S., geb. € 29,90 [D]
ISBN 3-89749-561-9

Oliver Geisselhart
Kopf oder Zettel?
Interaktive Seminar-CD-ROM für Windows
€ 129,- [D] (unverbindl. Preisempf.)
ISBN 3-89749-499-X

Oliver Geisselhart: Normalerweise reicht ein Zwei-Tage-Seminar oder das Durcharbeiten eines Buches und dann 10 Tage echte Anwendung oder Übung. Am besten übt man in Kombination mit der CD-ROM. Also wenig Aufwand, um seine Gedächtnisleistung zu vervielfachen.

Hand aufs Herz: Vergessen Sie nie etwas?

Oliver Geisselhart: Klar vergesse ich auch mal was. Besser gesagt: Wenn ich an etwas nicht denke, habe ich es mir vorher nicht gemerkt. Das ist ja das Tolle an der Methode. Ich entscheide, was ich im Kopf haben will und was ich notiere, eben: Kopf oder Zettel?

Herr Geisselhart, wir danken für das Gespräch.

Das Interview führte Evelyn Boos.



Oliver Geisselhart
Souverän freie Reden halten
Die Power der Memo-Rhetorik
Mit CD-ROM
160 S., geb. € 20,90 [D]
ISBN 3-89749-363-2

Alle GABAL