

Verdi-Warnstreiks: Öffentliches Leben zum Teil lahmgelegt - 80 000 Beschäftigte im Ausstand

Stillstand im Nahverkehr und an den Flughäfen

Eigener Bericht

Dortmund. Die Warnstreiks im öffentlichen Dienst haben gestern das öffentliche Leben in NRW stark beeinträchtigt und zum Teil lahmgelegt.

Der Ausstand der Gewerkschafter sorgte für zahlreiche Flugabsagen sowie für einen Stillstand im Nahverkehr. Kindertageseinrichtungen



WESTFALEN HEUTE

Gedächtnis-Experte stellte Erinnerungs-Technik vor

Lünen. „Ihr Gedächtnis kann wesentlich mehr als Sie denken“, weiß Oliver Geisselhart. Und er bewies es auch: Der erfolgreichste und gefragteste Gedächtnistrainer Deutschlands weilte Firmenkunden der Sparkasse Lünen in seine Methode ein. Zahlen, Symbole und kuriose Geschichten helfen, sich an Namen, Aufträge, Vokabeln etc zu erinnern.



Gedächtnis-Trainer Oliver Geisselhart. (Bild: Kürbs)

Die „Geisselhart“-Methode: Erfolgreichster deutscher Gedächtnistrainer gab Einblick in seine Kopfarbeit

„Merkwürdiges“ hilft beim Erinnern

Von Katja Sponholz

Lünen. Stellen Sie sich vor, Sie stehen im Supermarkt und überlegen krampfhaft, was Sie kaufen wollten. Da geht eine Frau an Ihnen vorbei - ohne Einkaufszettel wie Sie - greift zielstrebig in die Regale, stellt sich an der Fleischtheke an und lächelt vor sich hin. Vielleicht, weil sie sich gerade vorstellt, wie Poseidon aus den Fluten auftaucht und mit seinem Dreizack ein Stück Leberwurst aufspießt. Verrückt? Ja! Und effektiv, verspricht die „Geisselhart“-Methode.

Oliver Geisselhart ist der erfolgreichste und gefragteste Gedächtnistrainer Deutschlands, Österreichs und der Schweiz. Jetzt steht er im Veranstaltungssaal der Sparkasse in Lünen, um Firmenkunden bei einem 90-minütigen Workshop zu zeigen: „Ihr Gedächtnis kann wesentlich mehr als Sie denken.“

Eine geniale „Angeber-Nummer“

Jung, dynamisch, erfolgreich wirkt der 40-Jährige. Typ Unternehmensberater, wie ihn viele Zuhörer dieses Abends kennen. Noch etwas zaghaft und irritiert heben sich die Arme, als er zu Beginn in die Runde fragt, wer mit seinem Gedächtnis nicht zufrieden sei, wer gerne eine Sprache lernen möchte, wer Probleme hat, sich Namen oder Nummern zu merken. Doch bevor der Wahl-Doutmunder erklärt, was sich hinter jener „Geisselhart“-Methode verbirgt, zeigt er, was er selbst drauf hat. 20 Begriffe mit einer Zahl von 1 bis 20 soll ihm das Publikum zurechnen. Ganz durcheinander. Egal was. „Auto“ wird ebenso genannt wie „Rübenkraut“ oder „Rendite“. Geisselhart kommentiert lächelnd, scherzt, lässt die Begriffe in der Tabelle hinter sich an-



Gedächtnis-Experte Oliver Geisselhart gab Einblick in seine Verknüpfungstechnik. (WR-Bild: Kürbs)

schreiben. Kaum ist das letzte Wort gefallen, legt er los: Ohne groß nachzudenken, spült er die Begriffe in der richtigen Reihenfolge ab. Da wird es einen Moment still im Raum. „Genial“, flüstert einer zu seinem Nebenmann. „Würden Sie diese Angeber-Nummer auch gerne können?“ fragt Geisselhart. „Sehen Sie einen Nutzen?“ Klar gibt es den.

Bei allen Arten von Abläufen, wo man durchnummeriert auf etwas zurückgreifen muss, aber auch bei Reden, Vokabeln, Einkaufslisten. Wie so etwas funktioniert? Einer im Publikum hat schonmal etwas von einer „Routenmethode“ gehört, dass man sich Wege merkt und mit Gegenständen verbindet. „Schon gut“, meint der Ge-

dächtnisexperte. „Aber die Geisselhart-Technik ist besser.“ Schon vor 40 Jahren habe sich sein Onkel diese Methode ausgedacht, an der er dann noch „mit rumgebastelt“ habe.

Und das mit Erfolg: Geisselhart kann sich nicht nur mit dem Titel „Gedächtnistrainer des Jahres“ schmücken, sondern wurde gerade beim

„Cong-Award“ unter 25 000 Veranstaltungsexperten auf Platz 2 gewählt.

Die Auszeichnung wundert an diesem Abend niemanden. Denn Geisselhart gelingt es, den Teilnehmern seine Technik von neuen Ordnungssystemen fürs Gehirn, seine Methode von Symbolen und Verknüpfungen so gut zu erklären, dass auch die Gäste sofort Erfolgserlebnisse haben. Müheless können sie sich später selbst nicht nur eine Zehn-Punkt-Erledigungsliste erinnern, sondern auch die letzten elf US-Präsidenten in der richtigen Reihenfolge aufzählen. Einzige Voraussetzung für diese Gedächtnisleistung: Man muss kreativ sein, sich Bilder und Szenen ausdenken können - „je bescheuerter, umso besser“, sagt Geisselhart. Auch „Schweinkram“ sei erlaubt. „Es ist wissenschaftlich erwiesen: Sobald etwas mit Sex dabei ist, erinnert man sich besser.“

Und es macht nicht nur Spaß, sich im wahren Sinne des Wortes „merkwürdige“ Dinge auszudenken, es klappt auch in vielen Bereichen: beim Vokabellernen genauso wie beim Behalten von Nummern und Namen. Keine Frage: Dieser Einblick war einfach - unvergesslich.

Bilderdenken, Verknüpfungen und verrückte Gedanken sind die Voraussetzung

Das sind die Tricks

(tja) Wer die Geisselhart-Methode erlernen möchte, muss sich Symbole und Zahlen als Ordnungssystem fürs Gehirn merken.

Nehmen wir an, Sie wollen einen Tagesplan mit zehn Erledigungen „abspeichern“. Dann verknüpfen Sie den ersten Punkt mit der Kerze, den zweiten mit dem Schwan etc... Das Resultat: Wenn Sie an das Symbol denken, fällt Ihnen automatisch die verknüpfte Erledigung ein. Dafür ist es nicht nur wichtig, dass Sie Bilder im Geiste „sehen“

können, sondern auch verrückte Gedanken haben. Etwa zur Aufgabe 2: Anzug aus der Reinigung abholen. Dazu stellen Sie sich etwa vor, Sie stehen in der Reinigung, als ein Schwan mit Abholzettel im Schnabel hereinkommt, ein Kleid umgehängt bekommt und damit fortfliegt.

Das Ergebnis: Wenn Sie an Nr. 2 und den Schwan denken, erinnern Sie sich automatisch daran, dass Sie den Anzug aus der Reinigung abholen wollten. Probieren Sie es aus - es funktioniert!
(www.kopferfolg.de)



Jedes Symbol lässt von der Gestalt her einfach auf die entsprechende Zahl schließen - die 2 etwa sieht aus wie ein Schwan.