

# Westfälische Nachrichten

ZEITUNG FÜR MÜNSTER

Montag, 16. Mai 2011

NR. 113 RMS02

MÜNSTER

## Fahrlehrer für das Gedächtnis

Oliver Geisselhart gibt als Gedächtnistrainer Seminare und beklagt die digitale Demenz

**MÜNSTER.** Er tourt als Gedächtnistrainer durch Deutschland, gibt Tagesseminare und demonstriert auf verschiedenen Fernsehsendern eindrucksvoll seine Techniken, um sich Namen, Nummern, Fakten oder Kundengespräche besser merken zu können. Heute leitet Oliver Geisselhart auf Einladung des Berufsbildungswerks der Versicherungswirtschaft in Münster ein Seminar unter dem Thema „Erfolg beginnt im Kopf“. WN-Redakteurin Karin Höller sprach mit ihm über sein Erfolgsrezept.

*„Erfolg beginnt im Kopf“ – wie ist das zu verstehen?*

**Geisselhart:** Alles, was ich tue, muss ich vorher im Kopf haben. Es geht um Mentaltraining. Wie programmiere ich mein Unterbewusstsein so, dass es mich die Dinge, die getan werden müssen, um Ziele zu erreichen, gerne tun lässt.

*Setzt das Potenziale frei?*

**Geisselhart:** Ja, bei Sportlern ist das gang und gäbe. Übungen werden vor dem geistigen Auge immer wieder durchgespielt, bevor sie erfolgreich durchgeführt werden. Viele Menschen haben deshalb keinen Erfolg, weil sie glauben, dass sie bestimmte Sachen nicht hinkriegen und sie deshalb erst gar nicht versuchen und deshalb niemals Gewissheit bekommen, ob es geklappt hätte.

*Also soll das Unterbewusst-*



Oliver Geisselhart, bekannt durch seine Fernsehauftritte, gibt auch in Münster Tagesseminare als Erfolgs- und Gedächtnistrainer.

*sein manipuliert werden?*

**Geisselhart:** Ich stelle mir Situationen, die ich erreichen will, so intensiv vor, als hätte ich sie bereits erreicht, sodass Gefühle und Sinnesorgane angesprochen werden.

*Sie sind nicht nur Mental-, sondern auch Gedächtnistrainer. Gibt es ein Patent-*

*rezept, wie man sich Zahlen besser merken kann?*

**Geisselhart:** Die meisten Menschen denken visuell. Also werden Zahlen Bilder zugeordnet. Kreieren Sie eine lustige, absurde Geschichte aus den Zahlensymbolen und integrieren Sie bei einer Telefonnummer die dazugehörige Person.

*Funktioniert das bei Namen und Gesichtern genauso?*

**Geisselhart:** Verbildern Sie Namen. Wie merke ich mir beispielsweise Herrn Cherwinski? Ganz einfach. Ich fahre mit Sängerin Cher Ski und gewinne dabei. Wenn über Bilder Gefühle ausgelöst werden, merkt sich der Mensch Dinge sehr gut.

*Vergessen Sie denn nie etwas?*

**Geisselhart:** Natürlich suche ich manchmal mein Handy oder rufe jemanden nicht zurück, obwohl ich es versprochen habe. Aber was ich mir merken will, das vergesse ich zu 99,9 Prozent nicht.

*Wie oft trainieren Sie Ihre Merkfähigkeit?*

**Geisselhart:** Gar nicht. Ich wende nur Techniken an, die ich schon als Zwölfjähriger von meinem Onkel gelernt habe, der Memo-Methoden aus dem Griechischen abgeleitet hat. Ich verstehe mich als Fahrlehrer für das Gedächtnis, der dafür sorgt, dass andere Menschen Dinge leichter, schneller und mit Spaß machen. Die Leute müssen nur Vorstellungskraft und Kreativität besitzen, um schnell auf skurrile Bildergeschichten zu kommen, die sich gut merken lassen.

*Nimmt die Merkfähigkeit in einer Gesellschaft, in der Leute permanent elektronische Speichergeräte mit sich herumtragen, ab?*

**Geisselhart:** Die nimmt sogar rasant ab. Koreanische Wissenschaftler haben bereits eine neue Krankheit ausgemacht: die digitale Demenz. Wenn zwei Drittel der Bevölkerung nur noch mit Handy, Navi & Co. unterwegs ist, setzt sich die Einstellung durch „Kann ich mir sowieso nicht merken“. Und genau das ist irgendwann der Fall.