

## **Gehirn in Zellophan! – Gedächtnis- und Lerntechniken**

### **Seminarinhalte**

#### **Modul 1: Grundlegende Techniken und Methoden**

##### **Grundlegende Assoziationstechnik**

Diese Technik nutzt die natürliche Funktionsweise unseres Gehirns. Das bedeutet, dass Sie diese Technik bereits täglich anwenden - nur vermutlich ohne es zu wissen. Alle weiteren Methoden zur Verbesserung der Merkfähigkeit basieren auf dieser Technik und alleine schon der gezielte Einsatz dieser Technik steigert Ihr Leistungsvermögen beim Abspeichern von Informationen deutlich.

##### **Symbol-, Schlüsselwort- und Silbenbildtechnik**

Bei diesen Techniken handelt es sich um sehr hilfreiche Abwandlungen der grundlegenden Assoziationstechnik. Dadurch lassen sich auch abstrakte und sperrige Informationen wie beispielsweise Vokabeln oder Fachbegriffe so gehirngerecht umwandeln, dass die natürliche Funktionsweise unseres Gehirns diese Informationen optimal verarbeiten kann.

##### **Zahl-Symbol-Methode**

Diese Methode erlaubt es Ihnen sich viele Einzelinformationen zu merken. Sie ist in vielen Alltagssituationen nützlich und ermöglicht Ihnen darüberhinaus den direkten Zugriff auf einzelne Informationen die einer gewissen Rangfolge unterliegen. Hätten Sie sich beispielsweise die 45 amerikanischen Präsidenten gemerkt, hätten Sie jederzeit direkten Zugriff auf jede einzelne Position!

Außerdem ist diese Methode die Grundlage für ein äußerst effektives Zahlengedächtnis.

##### **Geschichtenmethode**

Diese Methode erlaubt es Ihnen ebenfalls sich viele Informationen zu merken. In diesem Fall steht allerdings nicht die Rangfolge sondern die Reihenfolge im Vordergrund. Diese Methode eignet sich vor allem auch für komplexe Themen weil hier zusätzliche Informationen sehr effektiv im Nachhinein zugefügt werden können.

#### **Modul 2: Erweiterte Techniken für komplexe Strukturen**

##### **Loci-Methode**

Diese Methode ist auf vielfältige Weise einsetzbar und vervollständigt Ihren Methodenkoffer auf geniale Weise. Sie werden erleben, wie sie mit dieser Methode die Inhalte, die Sie sich im ersten Modul mit der Geschichtenmethode gemerkt haben noch einmal anders strukturieren können.

##### **Methodenkombination**

Sie werden lernen, wie Sie sich mithilfe aller erlernten Techniken und Methoden am einfachsten komplexen Lernstoffen nähern und auf diese Weise in der Lage sein werden, selbst umfangreiche Semesterliteratur auswendig zu lernen.

### **Teilnahmegebühren**

Die Module bauen aufeinander auf und Sie können nach dem ersten Modul entscheiden ob Sie auch das zweite Modul besuchen möchten oder ob die erlernten Fähigkeiten bereits Ihren Ansprüchen genügen. Die Teilnahmegebühren für die einzelnen Module betragen für **Studenten der SpoHo Köln je Modul 50,- € (20,- € Ermäßigung für SPIELRAUM-Mitglieder)**.