

dtv

Lernen, notwendiges Übel eines jeden Schülererlebens, kann sogar richtig Spaß machen, wenn man über das entsprechende Rüstzeug verfügt. Die international anerkannte Geisselhart-Methode funktioniert bereits im Schulalter bestens, bei schwacher Rechtschreibung ebenso wie beim sturen Auswendiglernen von Fakten oder Formeln. Originelle Bildverknüpfungen helfen dem Gedächtnis auf die Sprünge – je ausgefallener diese sind, desto besser. Aber auch in totaler Entspannung oder gar kurz vor dem Einschlafen lernt sich's leichter. Anschaulich vermittelt der Ratgeber schnell erlernbare Techniken zum Gedächtnistraining, die von der Grundschulzeit bis zum Abitur nützliche und vor allem legale Spickzettel sind.

*Roland R. Geisselhart*, geboren 1949, ist Gedächtnis-, Konzentrations- und Kreativitätstrainer. Von ihm sind u. a. erschienen: «Das perfekte Gedächtnis» ([dtv 36525](#)) und «Spielend leicht zum Supergedächtnis» ([dtv 36298](#)).

*Cordula Kießling*, geboren 1965, leitet im Roland-Geisselhart-Team den Innendienst und hat sich auf Entspannungstraining spezialisiert.

Roland R. Geisselhart · Cordula Kießling

# **Gute Noten mit legalen «Spickzetteln»**

So lernen Kinder schneller  
und besser

Deutscher Taschenbuch Verlag

Von Roland R. Geisselhart  
sind im Deutschen Taschenbuch Verlag erschienen:  
Spielend leicht zum Supergedächtnis (36298)  
Das perfekte Gedächtnis (36525)

*Ganz herzlichen Dank an Frau Aurelia Beck aus Kressbronn für die mit viel Liebe, Geduld und Sorgfalt angefertigten Federzeichnungen.*

**Ausführliche Informationen über  
unsere Autoren und Bücher  
finden Sie auf unserer Website  
[www.dtv.de](http://www.dtv.de)**

Ungekürzte Ausgabe 2006  
5. Auflage 2010  
Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG, München  
© 2004 Orell Füssli Verlag AG, Zürich  
Umschlagkonzept: Balk & Brumshagen  
Umschlagfoto: Corbis/zefa/H. Benser  
Gesamtherstellung: Druckerei C. H. Beck, Nördlingen  
Gedruckt auf säurefreiem, chlorfrei gebleichtem Papier  
Printed in Germany · ISBN 978-3-423-34374-9

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	9
Einleitung.....	10
<b>I. So geht's – Vorbereitungen</b> .....	13
<b>Vorbereitungen für ein fantastisches Gedächtnis</b> .....	14
Viele Fehler im Diktat – spielend leicht gelöst .....	15
So wird das Erinnern leichter .....	22
<b>Die Grundmethode</b> .....	34
Je origineller die Bildverknüpfung, desto besser .....	35
Das Entscheidende bei Verknüpfungen .....	42
Erste Anwendungen.....	45
<b>In Entspannung leichter lernen</b> .....	49
Zuerst den Zeitfaktor meistern.....	49
Ruhe finden .....	51
<i>Lernen mit Kassette</i> .....	52
<i>Lieblingsmusik hören oder allein sein</i> .....	52
<i>Den Lernstoff vor dem inneren Auge ansehen</i> .....	52
<i>Zuerst lernen, was man mag</i> .....	53
<i>Hinhören, was der Lehrer sagt</i> .....	54
<i>Zoff vermeiden</i> .....	54
<b>Merken von Sätzen und Satzketten</b> .....	55
Wann benötigen wir Satzketten?.....	55
<i>Merken von Sätzen</i> .....	56

Kreatives .....	67
Die Regisseur-Technik .....	68
Mit Zahlensymbolen lernen .....	71
<i>Das geordnete, numerische Merken</i> .....	71
<i>Knauli rettet die Klassenarbeit.</i> .....	72
<i>Die Bilder bis zur Zahl 20.</i> .....	85
<b>II. Alle Techniken in der Praxis</b> .....	89
Ein Schulmix .....	90
Zahlenübungen .....	91
Geografisches .....	93
<i>Städte als Bildvorstellung.</i> .....	93
<i>Länder und Städte</i> .....	94
<i>Die deutschen Bundesländer mit ihren Hauptstädten.</i> .....	97
<i>Erdkundearbeit – in 10 Minuten gelernt</i> .....	100
<b>Übungen für die Assoziationskraft –</b>	
<b>Knacke den Gedächtnisring</b> .....	106
<b>Passivlernen</b> .....	108
<i>Erfolgreiche Prüfungsvorbereitung</i> .....	110
Die Tiefenspeicherwirkung .....	115
Das Lernen mit Tonträgern .....	117
<i>Lernen beim Einschlafen</i> .....	119
Absichtsloses Lernen – die neue Masche .....	121
<i>Prüfung im Schlaf bestanden</i> .....	122
Erweitere deine Sprachkenntnisse .....	124
Übungen zur Autosuggestion .....	126
Lernen als gute Gewohnheit .....	130
<b>Deine Einstellung und das positive Denken</b> .....	131
Selbstentfaltung durch Traumsteuerung .....	134
Geistige Arbeitstechniken .....	136

<b>III. Lerntechniken für Fortgeschrittene</b> .....	139
Ein ganzes Tablett von Übungen .....	140
Die Oberstufe – der 100er-Schlüssel .....	143
Hauptsymbole für Koppelungen: 100er-Schlüssel ..	151
Die Hohe Schule – abstrakte Formeln .....	158
So macht Lernen Spaß! .....	159
<i>Jetzt lernen wir einige Aminosäuren</i> .....	162
<i>Das periodische System der Elemente in 20 Minuten</i> .....	165
<b>Anhang</b> .....	171
<b>Anhang 1</b> .....	174
Zum Aufbau – für sieben- bis zwölfjährige Schüler .....	174
<i>Das Gedächtnis-Spiel</i> .....	175
<i>Was ist darunter? Wie baue ich eine Eselsbrücke?</i> .....	179
Spielsteigerung für Fortgeschrittene .....	184
<b>Anhang 2</b> .....	186
Gedächtnisfördernde Gesellschaftsspiele .....	186
<i>Das Kärtchenspiel mit geschriebenen Wörtern</i> .....	186
<i>Das Kärtchenspiel als Spiel mit Listen für eine Person</i> .....	187
<i>Das Duo-Kartenspiel</i> .....	193
<i>Das «Duo-Play» mit Listen</i> .....	195
<i>Überlegungen und Testfragen zum Duo-Kartenspiel</i> .....	197
<i>Gedächtnisanwendungsspiele</i> .....	199
<b>Anhang 3</b> .....	203
Das Lernen im Urlaub .....	203
Gedächtnistraining und Erfolg im Leben .....	204
Zu guter Letzt .....	206





# Vorwort

Das vorliegende Buch soll das Lernen bereits vom Kindesalter an erleichtern. Bereits nach wenigen Übungen verbessert sich das Gedächtnis jedes aufgeschlossenen Lesers auf originelle Art und Weise. Beim Weiterüben entstehen Gedächtnisleistungen, die für den noch nicht informierten Betrachter überdurchschnittlich bis «phänomenal» sind.

Selbstverständlich können die ersten kreativen und spielerischen Grundlagen dieser Methode schon im Kindergartenalter erlernt werden. Kinder profitieren vom zweiten und dritten Schuljahr an und von da an kontinuierlich. In einem meiner Seminare hatte ich vor einigen Jahren eine Schülerin – sie stand zwei Jahre vor dem Abitur –, die in vier Schulfächern ihre Noten um ein bis zwei Stufen verbessern konnte.

Deshalb die gute Nachricht zuerst: Die Lernmethode eignet sich ausgezeichnet für die Fächer Geschichte, Erdkunde, Chemie, Religion, Biologie, Physik, Betriebswirtschaftslehre, Gemeinschaftskunde, Sozialkunde, Teile von Buchführung, Deutsch (und dort besonders für die Rechtschreibung), und bei einigem Üben wird sogar das Vokabellernen bei Fremdsprachen einfacher.

Und jetzt die schlechte Nachricht: Für Rechnen und Mathematik gibt es noch keine gute Methode, doch wir arbeiten daran.

Aber wenn ihr mit den anderen Fächern beim Lernen klar kommt, ist das schon eine ganze Menge. Also los – los geht's mit Power-Eddy und seinen Lerntechniken ...

# Einleitung

Mit dieser Lernmethode ist Lernen wirklich einfach. Aber jeder weiß, dass einem manchmal allein durch die quantitative Stofffülle das Lernen ganz schön verleidet werden kann. Damit die Methode funktioniert, solltest du dich aber nicht wie der letzte Trauerkloß vor dem Unterrichtsstoff drücken, denn wenn jemand nicht will, kann man es ihm auch nicht in den Kopf eintrichtern. Man lernt leichter, wenn man sich für etwas interessiert. Es gibt Menschen, die die Mannschaftaufstellung ihrer Lieblingsfußballmannschaft der letzten sechs Jahre herunterrasseln können. Das können sie, weil sie sich für ihren Sport interessieren.

Deshalb fünf Tipps für besseres Lernen. Ich verspreche dir, dass es dir dann leichter fallen wird.

1. **Bleib neugierig:** Wenn du dich für Neues, Unbekanntes, Un erforschtes und so weiter interessierst, schaffst du dir gute Voraussetzungen – selbst beim Schulstoff.
2. **Lerne freiwillig:** Zwing dich nie zum Lernen, denn dann lernst du nicht gut – das heißt aber auch, das du eine positive Einstellung zum Lernen einnehmen solltest.
3. **Entspanne dich:** Sorge für Entspannung, Sport, Spaziergänge, Ruhe, gute Ernährung, tiefen Schlaf und für Pausen; sieh zu, dass du dich während der Ferien gut erholst.
4. **Teile deine Zeit sinnvoll ein:** Gute Lernfortschritte hängen mit dem Lebenswandel zusammen. Du musst nicht wie ein Floh hin und her hüpfen und überall gleichzeitig mitmachen.

Vermeide also zeitraubende Gespräche und unproduktive Gesellschaft.

5. Sei für dich allein: Verbringe in den Lernzeiten möglichst viel Zeit alleine – mindestens eine Stunde täglich –, um möglichst viel vom Gelernten innerlich zu verdauen und in die eigenen Gedankengänge zu integrieren.



## **I. So geht's – Vorbereitungen**

# Vorbereitungen für ein fantastisches Gedächtnis

Zweifellos gibt es heute viele Methoden, die das Lernen erleichtern. Das Wichtigste dabei ist, dass jeder Schüler selbst einige Lerntechniken ausprobiert und so seine eigenen Stärken beim Lernen entwickelt. Dies gilt natürlich auch für Erwachsene. Doch nur durch die Erprobung, durch das Ausprobieren, lernen wir unsere Lernfähigkeiten kennen.

Dieser Ausbau der eigenen Fähigkeiten ist die Grundlage für ein gutes Selbstwertgefühl und ein späteres erfolgreiches Handeln im Leben. Denn was lernen wir? Wir lernen Sachwissen, also Zahlen, Daten, Fakten, wie hoch der Eiffelturm ist (dass er mit zwei f geschrieben wird), wo Grönland liegt und warum der schiefe Turm von Pisa nicht umfällt. Wir lernen, wie eine Scheibenbremse funktioniert, warum und wann Wasser zu Eis wird und was die binomischen Formeln sind. Doch wozu ist das gut? Jedes Faktenwissen gewinnt seine Bedeutung, wenn wir es einsetzen können, manchmal an den unwahrscheinlichsten Stellen.

Lernen ist nämlich auch kluge Auswertung, Unterscheidung und Einschätzung (durch Vergleiche) nach Bedeutung; wir lernen, wenn wir merken, was brauchbar, nützlich, wissenswert und anwendbar ist. Dabei sollten wir früher oder später unsere eigenen guten Gedanken entwickeln, vergleichen und erproben können.

Doch wenn wir bei Lernfähigkeiten beginnen und die am meisten vernachlässigte, ja sogar fast in Vergessenheit geratene Stärke unseres Gedächtnisses suchen, so stoßen wir auf das *foto-*

*grafische Gedächtnis*: Das ist die Fähigkeit, Gesehenes im Gehirn zu speichern.

Erstaunlicherweise ist das fotografische Gedächtnis – zusammen mit der Fantasie – bei Kindern viel besser entwickelt als bei Erwachsenen. Erwachsene sind immer wieder überrascht, wie fantastisch die kindliche Vorstellungskraft, zum Beispiel beim Memory-Spiel, entwickelt ist. Wenn wir erwachsen werden, wird uns diese Fähigkeit durch Schule, Beruf und Alltag wieder ausgetrieben.

Gerade die Entwicklung der kreativen Vorstellungskraft ist die zentrale Idee dieser Lernmethode. Alles, was wir uns vorstellen können, begreifen wir leichter und behalten wir besser – und auch wesentlich länger. Mit geübter Vorstellungskraft benötigen wir weniger Wiederholungen beim Lernen und sind auf dem besten Weg zum Langzeitgedächtnis. Der Schlüssel zu einem guten Gedächtnis besteht also darin, dass wir in Bildern denken – und uns gegebenenfalls auch zu abstrakten Dingen Bilder machen.

In einem zweiten Schritt fangen wir an, uns aus den Bildern Geschichten zu bauen – je verrückter, umso besser. Der Mensch lernt mit Geschichten und durch Geschichten. Die Geschichten sind die Stützen des Gedächtnisses. Beweise?

Beginnen wir mit den ersten vorbereitenden, leichten Übungen zum schöpferischen Denken.

## **Viele Fehler im Diktat – spielend leicht gelöst**

Cordula berichtet: «Mein Sohn kommt nach Hause und bringt hängenden Kopfes ein vermasseltes Diktat mit 37 Fehlern, Note 6.» – «Aussichtslos», sagt die Lehrerin. Doch es gab eine Lösung, um dem Jungen für das Diktat zu helfen.

Aus der Geisselhart-Gedächtnis-Methode kopierten wir dem Jungen das Tier-Alphabet.

Hier habe ich ein Tier-Alphabet zusammengestellt, mit dessen Hilfe du dir Buchstaben ganz leicht und dauerhaft im Gedächtnis behalten kannst. Wir verwandeln die Buchstaben einfach in Tiere. Mit den Tieren lässt sich dann ganz leicht eine Geschichte basteln. Geschichten merken sich Kinder länger als Buchstaben und Worte. Am besten im Bildermerken sind Kinder gegenüber Erwachsenen beim Memory-Spiel.

Die Bilder sind leicht erkennbar, trotzdem kurz die Aufzählung:

A	=	Affe
B	=	Bär
C	=	Chamäleon
D	=	Delphin
E	=	Esel
F	=	Frosch
G	=	Giraffe
H	=	Hund
I	=	Igel
J	=	Jaguar
K	=	Kakadu
L	=	Lamm
M	=	Mammut
N	=	Nashorn
O	=	Ochse
P	=	Pinguin
Q	=	Qualle
R	=	Robbe
S	=	Saurier
T	=	Tiger
U	=	Uhu



V = Vogel

W = Wolf

X = Echse

(das Wort «Echse» beginnt zwar mit E, doch der Konsonant in der Mitte wird wie «x» ausgesprochen.)

Y = Hyäne

Z = Zebra

Die Bilder siehst du auf den Seiten 18 und 19. Zwar sieht die Übung am Anfang schwer aus, aber sie ist leicht. Am besten gehst du mit deinem Freund oder deiner Freundin alle Fehler im Diktat einzeln durch, oder noch besser, mit deiner Mutter oder deinem Vater.

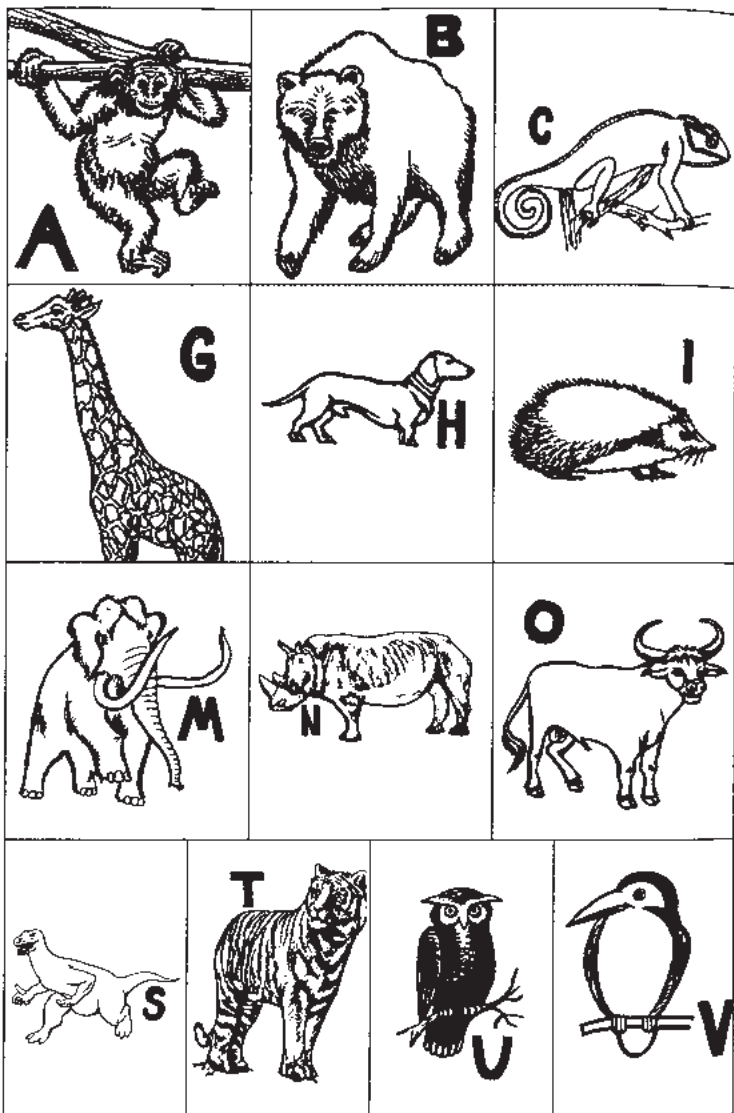
Bevor deine Eltern die Flinte ins Korn werfen, weil ihnen als erwachsene Personen solche Bilder kompliziert vorkommen, tröste sie: Kinder können zehnmal leichter mit Bildergeschichten umgehen – denk ans «Memory».

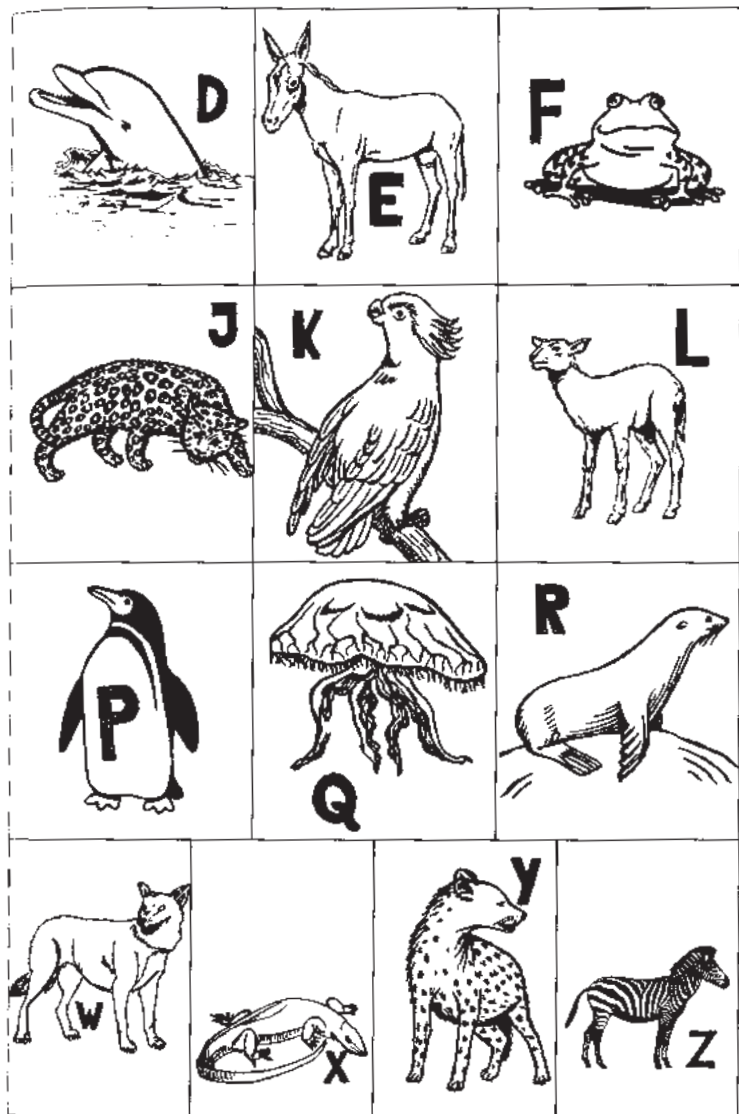
### **Und so geht's:**

Bei jedem einzelnen falsch geschriebenen Wort wird der falsche oder fehlende Buchstabe mit einem Bild ergänzt. Das Bild wird durch eine kleine Geschichte mit dem falsch geschriebenen Wort verbunden. Machen wir die Probe aufs Exempel:

- Falsch geschrieben wurde «Die Verwanden»; richtig wäre «Die Verwandten».

Unsere Geschichte: T ist im Tieralphabet der Tiger. Das Merkbild ist einfach: «Der Tiger frisst alle Verwandten.» Genauer: «Die Dora zuerst», ... weil das t hinter dem d folgt. Natürlich können solche Geschichten auch mehrfach verwendet werden. Ähnliche Stoffe können ebenfalls «verwandte» Stoffe genannt werden.





- Falsch geschrieben wurde «Erdatmosphäre»; richtig wäre «Erdatmosphäre».

Unsere Geschichte: Wir streichen das f, der Fuchs geht in den Bau zurück, und der Pinguin kommt aus dem Fuchsloch und trifft den Hasen: Pinguin + Hase = ph. Beide mögen sich, doch der Pinguin ist an eine kältere Atmosphäre gewöhnt als der Hase. Es genügt, wenn das Kind einmal das richtig geschriebene Wort gesehen und jetzt die Richtig-Schreib-Bildergeschichte dazu hat.

- Falsch geschrieben wurde «Herrausforderung»; richtig wäre «Herausforderung».

Unsere Geschichte: Zwei Herren treffen ein Reh, aber nur einer reitet auf dem Reh davon. Natürlich ist es eine Herausforderung, auf einem Reh zu reiten.

- Falsch geschrieben wurde «Broduktion»; richtig wäre «Produktion».

Unsere Geschichte: Der Pinguin produziert Federn. Dies genügt!

- Falsch geschrieben wurde «gefärlich»; richtig wäre «gefährlich».

Unsere Geschichte: Der Hase lebt unter Menschen gefährlich. Fertig. Wenn Sie wollen, sagt er «äh», als er sich daran erinnert.

- Falsch geschrieben wurde «Umweld»; richtig wäre «Umwelt».

Unsere Geschichte: Der Tiger rennt um die ganze Welt, und deswegen wird Welt am Schluss mit t geschrieben, t wie Tiger.

- Falsch geschrieben wurde «Verbrännungen»; richtig wäre «Verbrennungen».

Unsere Geschichte: Der Esel hat Verbrennungen. Zusatzverknüpfung: Der Esel schreit «eeeh», dann kommt die Eule geflogen und setzt sich ausgerechnet auf die Verbrennung.