

# Führung, Persönlichkeit und Gesundheit

Sie befinden sich hier:  
Fortbildung  
Führung, Kommunikation und Gesundheit

## Gedächtnisleistung steigern - ABGESAGT

### Termin

10.05.2022

Weitere Termine siehe unten!

### Referent\_innen

### Seminarnummer

223-22

### Kursgebühr

420,00 €

Wer ein gutes Gedächtnis hat, kann sich besser an bestimmte Geschäftsvorgänge und Entscheidungen erinnern sowie Namen und persönliche Informationen seiner Kolleg\*innen merken und wirkt daher professioneller und souveräner.

In diesem Seminar, das sich bewusst an Mitarbeitende unterschiedlicher Berufsgruppen und Organisationsebenen wendet, lernen Sie Gedächtnistechniken kennen, die sich das jeweils unterschiedliche Vermögen von rechter und linker Gehirnhälfte zunutze machen und so die Informationen dauerhaft verankern. Allein das Anwenden der Gedächtnistechniken ist Training fürs Gehirn, macht Spaß, und das Ergebnis ist ein deutlich besseres Gedächtnis.

### Inhalte

- Erkenntnisse der Gehirnforschung
- Gedächtnissystem, Ultrakurzzeitgedächtnis, Kurzzeitgedächtnis, Langzeitgedächtnis, Vergessen und Erinnern, Arbeitsweise der rechten und linken Gehirnhälfte
- Erkenntnisse der Lernforschung
- Denken in Bildern, Assoziationen
- Begriffe und Abläufe merken
- Kettenmethode/Geschichtentechnik, Loci-Technik, Körperanker, Alphabetsysteme, Zahlen-Reim-System, Zahl-Form-System
- Zahlen, Daten, Fakten merken
- Major-System, Tastenbild, Reimtechnik, Eselsbrücken, Schlüsselwortmethode
- Namen, Gesichter und Vokabeln merken
- Namen verknüpfen, Assoziation von Merkmalen, Ersatzwortmethode, Karikatur-Methode

### Ziele

Verbessern der Gedächtnisleistung (Namen, Termine, Zahlen schneller aufnehmen, mit weniger Wiederholung langfristig merken)

### Zielgruppe

Offen für alle

### Maximale Teilnehmerzahl

12

### Termine / Folgeseminare

10.05.2022 - ABGESAGT

9.00-16.30 Uhr

## Referent\_innen

## Sie haben Fragen?



**Inga Weise**

Bildungsreferentin

Telefon: 06222 55-2752

[inga.weise@akademie-im-park.de](mailto:inga.weise@akademie-im-park.de)