



Fakten fesseln mit der Bilderkette

Es kommt nicht darauf an, wie man sich etwas merken kann, sondern darauf, dass es in Erinnerung bleibt. Die Bilderkette ist eine phantasievolle und praktische Methode...

Nicht nur Vorträge oder Referate sollten gut strukturiert sein. Viele alltägliche Vorgänge lassen sich besser einprägen, wenn man Bilderketten bildet. Hier wird die rechte Gehirnhälfte gefordert. Sie ist für das bildhafte Vorstellungsvermögen zuständig. Für diese Erinnerungstechnik muss man sich für Gegenstände, Ereignisse oder Personen bildhafte Vorstellungen machen. Wer zum Beispiel eine Reise plant, stellt sich einen gepackten Koffer vor. Wer einen Zahnarzttermin hat, denkt vielleicht an einen Zahnputzbecher mit Zahnbürste und Zahnpasta. Wer vor Reisebeginn noch zum Zahnarzt gehen will, hat bereits den ersten Schritt in Richtung Bilderkette gestartet.

Die Bilderkette

Vor dem inneren Auge stellt man sich pro Vorgang je ein quadratisches Bild mit einem passenden Symbol vor. Hier wäre es zum Beispiel ein Bild mit einem Reisekoffer und ein Bild mit einem Zahnputzset. Dies ist bereits der Anfang der Merkstrategie. Sicherlich gibt es noch weitere (zu merkende) Punkte, die in Zusammenhang mit der Reise stehen. Vielleicht muss man noch ein Visum beantragen, einen Geburtstagsbrief an eine Verwandte schreiben und Flugtickets abholen?

Phantasie zählt

Nun ist Phantasie gefragt. Beim Stichwort Visum kann man an einen Pass mit Foto und Stempel denken. Die Geburtstagskarte lässt sich beispielsweise mit einer Torte darstellen, die statt Kerzen Bleistifte hat und statt Kirschen mit Briefmarken verziert ist (also Torte gleich Geburtstag, Bleistift und Briefmarken gleich Postkarte schreiben).

Bilder verknüpfen

Nun brauchen die Bilder nur noch miteinander verknüpft zu werden. Bild eins mit Bild zwei, Bild zwei mit Bild drei und Bild drei mit Bild vier. Daraus entsteht eine lineare Kette mit jeweils zwei Gliedern. Dies würde sich dann wie folgt gestalten:



- Bild 1- Bild 2
Koffer - Zahnputzset
- Bild 2 - Bild 3
Zahnputzset - Pass mit Stempel
- Bild 3 - Bild 4
Pass mit Stempel - Karte mit Torte
- Bild 4 - Bild 5
Karte mit Torte – Flugtickets

Die Übersetzung heißt dann:

1. Koffer packen
2. Zahnarztbesuch
3. Visum beantragen
4. Geburtstagskarte schreiben
5. Flugtickets abholen

Kurzinfo Mnemotechnik

Beim Begriff „Mnemotechnik“ mag man zunächst denken, dass es sich um ein offensichtliches Schreibversehen handele und in Wirklichkeit „Memo“ (ähnlich wie das Memory-Spiel) gemeint sei. Tatsächlich versteht man unter Mnemotechnik die Kunst, das Gedächtnis durch Hilfsmittel zu unterstützen. Mnemosyne lautete auch der Name der griechischen Göttin des Gedächtnisses. Bereits in der Antike (zirka 500 v.Chr.) setzte man verschiedene **Mnemotechniken** ein, die das Einprägen der Rede erleichtern sollten. Sie basiert primär auf bildlichen Vorstellungshilfen. Ziel war es, sich große Mengen von Informationen möglichst schnell und dauerhaft zu merken. Eine Aufgabe, die sich bis heute vor allem Schülern, Studierenden und Akademikern stellt.