



**DATEN BEHALTEN IST SCHWER – MNEMOTECHNIKEN EINSETZEN EINE KUNST**

## Vorsprung durch Wissen

**Wer klagt nicht über sein schlechtes Namens-, Daten- oder Faktengedächtnis? Doch es gibt Abhilfe: Mnemotechniken sind nicht nur etwas für Hochleistungs-Denksportler, sondern durchaus alltagstauglich. Unser Autor ist Auditor und kennt sich aus mit dem Merkbedarf im Qualitätsmanagement.**

Sie sind aus den Medien hinreichend bekannt: jene Gedächtnisgenies, die sich mit Leichtigkeit Hunderte von Zahlen in kürzester Zeit merken und fehlerfrei wiedergeben können oder die alle Städte der Erde mit mehr als 100 000 Einwohnern bloß an einem Satellitenbild erkennen. Für den Alltag sind solche Spitzenleistungen zwar eher uninteressant. Doch wenn man sich z.B. die Telefonnummern von seinen Geschäftspartnern nicht mehr aufzuschreiben brauchte, sondern für unbegrenzte Zeit im Gedächtnis abspeichern

oder sich wichtige Artikel- oder Zeichnungsnummern ohne Schwierigkeiten merken könnte, würde das den Berufsalltag schon erheblich erleichtern! Eine spürbare Erleichterung wäre es auch, in der Lage zu sein, sich mit Leichtigkeit unbegrenzt viele Namen merken und dann jederzeit sicher den richtigen Gesichtern von Geschäftspartnern oder Kollegen zuzuordnen zu können.

### Höhere persönliche Effizienz für den QM-Alltag

Lohnt sich der nötige Aufwand, entsprechende Gedächtnistechniken zu erlernen? Das Gedächtnis der meisten Berufstätigen ist schon sehr gut. Sie haben ihre Schulzeit, Ausbildung und/oder Studium gemeistert, und vor unlösbare Probleme stellt sie auch das Alltagsgeschäft nicht. Dennoch sind sich die meisten Anwender soge-

nannter Mnemotechniken einig: „Hätte ich diese Techniken schon früher gekannt, wäre mir viel Arbeit erspart geblieben.“

Gerade Qualitätsmanager können Gedächtnistechniken in vielfältiger Hinsicht nutzen, um ihr Tagesgeschäft effizienter zu gestalten. Denn diese Techniken ermöglichen ein leichtes Speichern und Abrufen im Tagesgeschäft beispielsweise von:

- **Zahlen:** So stellen Kunden-, Artikel- und Zeichnungsnummern selbst mit über zwanzig Stellen kein Problem mehr dar;
- **Daten und Fakten:** So lassen sich Präsentationen ohne jegliche Merkhilfe bewältigen;
- **Produktinformationen:** So lassen sich Kunden und Lieferanten im Gespräch mit Detailwissen zu Artikeln und Problemen beeindrucken.

Gedächtnistechniken unterstützen ganz allgemein das lebenslange Lernen – und

das auch mit zunehmendem Alter, wenn Lernen häufig schwieriger wird. Sind die Techniken erst einmal erlernt, sind sie einfach und sicher vielseitig anwendbar.

Auch etwa bei Mitarbeiterschulungen stellt sich ein höherer Lehrerfolg ein, wenn man Gedächtnistechniken einbezieht. Ist dem Vermittelnden von Fachwissen bewusst, wie das Gedächtnis arbeitet, kann er Inhalte derart aufbereiten, dass die Schulungsteilnehmer sie optimal aufnehmen können. So lässt sich allein durch die richtige Wahl der Pausenzeiten eine signifikante Steigerung der behaltenen Inhalte erzielen.

### Unbegrenzte Anwendungsmöglichkeiten

Es gibt schier unbegrenzte Möglichkeiten, die Gedächtnistechniken im Alltag anzuwenden. Die meisten Menschen kommen zuweilen in die Situation, dass sie vor einer Person stehen, die ihnen eigentlich bekannt ist, deren Name ihnen aber entfallen ist. Wie prägt man sich am besten Gesichter und die dazugehörigen Namen ein? Für den analytisch denkenden Qualitätsmanager ist die Situation gut zu bewältigen, denn Namen lassen sich sehr gut kategorisieren. Als Oberbegriffe finden sich hier:

- **konkrete Namen:** beispielsweise Stein, Schneider, Meier;
- **klangähnliche Namen:** Thase (klingt etwa wie „Tasse“), Seifert (klingt ähnlich wie „Seife“);
- **Namen als Personenbezeichnungen:** z. B. Bauer, Lächler, Pfeifer;
- **teilsinnvolle Namen:** wie etwa Lohmann, Trauberus;
- **bedeutungslose Namen:** wie zum Beispiel der des Autors: Barwinski.

Diese Kategorisierung stellt den ersten Schritt des Merkvorgangs dar. Durch sie nämlich beginnen Sie, sich mit ihrem Gegenüber zu beschäftigen. Dabei ist es sehr wichtig, sein Gegenüber wirklich kennenlernen zu wollen. Echtes Interesse macht Lernen grundsätzlich leichter.

Als Nächstes erschaffen Sie aus dem kategorisierten Namen ein Bild. Ein Bild sagt mehr als tausend Worte und bleibt entsprechend besser im Gedächtnis haften. Das fällt bei konkreten und klangähnlichen Namen noch recht leicht, auch Personenbezeichnungs-Namen lassen sich noch recht gut bebildern. Etwas schwieriger wird es bei teilsinnvollen Namen. Dort legen Sie Ihr Hauptaugenmerk auf den

sinnvollen Teil des Namens: Bei „Trauberus“ holen Sie sich beispielsweise Trauben vor Augen. Das Gedächtnis rekonstruiert den vollständigen Namen später von allein, da es sich an die Silbe „-rus“ erinnert, sobald es an die Trauben denkt.

Vergleichsweise schwer scheint es bei bedeutungslosen Namen zu werden. Doch auch hier gibt es ausreichend Lösungssätze. So liefert etwa „Barwinski“ zunächst keinen Ansatzpunkt. Zerlegt man den Namen jedoch in Silben, so sieht es gleich ganz anders aus: Zu den einzelnen Silben von Bar-win-ski gibt es nämlich durchaus denkbare Bilder: „Bar“ steht etwa für eine Kneipe, „-win-“ für „Siegen“ (entliehen aus dem Englischen) und „-ski“ naheliegenderweise für Ski-Bretter. Aus diesen einzelnen Silben-Bildern lässt sich trefflich ein Bild zusammenstellen: Vor meinem geistigen Auge stehe ich freudestrahlend in einer Kneipe mit einem Siegerpokal in der einen Hand und Ski-Brettern in der anderen. Eben Bar-win-ski! Je ausgefallener, amüsanter und unrealistischer diese Bilder sind, desto eher bleiben sie im Gedächtnis haften.

Natürlich braucht man bei bedeutungslosen Wörtern einige Übung, um geeignete Bilder zu entwickeln, doch in vier von fünf Fällen gelingt dies gut. Und mit zunehmender Übung fällt das Entwickeln solcher Bilder immer leichter.

### Das Geheimnis: in Bildern denken!

Nun gilt es noch, das entwickelte Bild des Namens mit dem Gesicht in Verbindung zu bringen. Dazu suchen Sie im Gesicht Ihres Gegenübers nach Auffälligkeiten. Das kann eine große Nase sein, eine hohe Stirn, besonders weiße oder besonders gelbe Zähne, aber auch viele andere Auffälligkeiten an der Person lassen sich wirksam einsetzen. Selbst veränderliche Aspekte wie besonderer Schmuck oder extravaganter Kleidung „funktionieren“: Trägt dieselbe Person bei einem nächsten Treffen etwas anderes, vermag das Gedächtnis ohne Problem den ursprünglichen Bezug wiederherzustellen.

Noch einfacher ist das Einprägen von Vornamen. Denn es gibt überhaupt nur eine begrenzte Anzahl von ungefähr 200 Vornamen. Die entsprechenden Bilder lassen sich deshalb gut vorbereiten, sodass man im Anwendungsfall nicht mehr lange danach suchen muss. Hier einige exemplarische Vorschläge:

#### Autor

**Ralf Barwinski**, geb. 1967, ist ausgebildeter Qualitätsauditor und bei Brinkmann Pumps im Qualitätsmanagement beschäftigt. In seinen Seminaren vermittelt er Gedächtnistechniken und Speed Reading.

#### Kontakt

**Ralf Barwinski**  
**T 02392 649031**  
**barwinski@qmg-barwinski.de**  
**www.qmg-barwinski.de**

#### QZ-Archiv

Diesen Beitrag finden Sie online:  
[www.qz-online.de/479730](http://www.qz-online.de/479730)

- Anna – Ananas,
- Barbara – Rhabarber,
- Bernhard/Bernd – Bär/hart (althochdeutsch),
- Harald – graues Haar („Haar alt“),
- Klaus – Nikolaus (griechisch),
- Michelle – Michelin-Männchen,
- Ralf – Alf,
- Sabine – Sardine,
- Sarah – Sahara,
- Sophie – Sofa,
- Susanne – Sahne,
- Thomas – Tomate.

Das Einprägen von Namen und Gesichtern lässt sich hervorragend im Alltag trainieren. Achten Sie mal drauf, wer in Ihrem Umfeld Namensschilder trägt. Allein Verkäufer und Bedienungen bieten reichlich Trainingsmaterial. Sie werden bald merken, dass es Ihnen immer leichter fällt, sich Namen und Gesichter zu merken.

### Der Weg zum Erfolg heißt Training

Es ist dies übrigens dieselbe Technik, mit der Gedächtnissportler ihre faszinierenden Erfolge erzielen. Der Weltrekord liegt beim Behalten von 70 Namen und den zugehörigen Gesichtern innerhalb von fünf Minuten. Auch diese Leistungen basieren letztlich auf – besonders intensivem – Training. Allerdings gibt es auch noch zahlreiche weiterführende Techniken.

Setzen Sie sie ein, trainieren Sie sie! Beeindrucken Sie Kollegen, Vorgesetzten, Kunden und Lieferanten durch Ihr hervorragendes Gedächtnis – und erreichen Sie einen Vorsprung durch Wissen! □