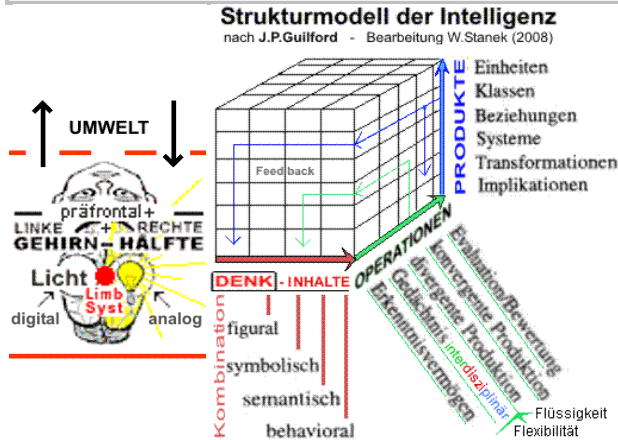


Blitz-Gedächtnstraining
kreatives Wissensmanagement
 mit vernetzter Methodenkompetenz und Strategien
 zu schnellerem Lernen und optimiertem Gedächtnis

Prof. Dr.-Ing. Wolfram Stanek

HS Augsburg, FB Elektrotechnik 24.04.2009



Ganzheitlicher Hirneinsatz für intelligentes Wissensmanagement

ZIEL: In diesem interaktiven Gedächtnistraining sollen interdisziplinäre Strategien und Methoden näher gebracht und deren großer Nutzen erkannt werden. Methoden- und Handlungskompetenz im vernetzten Wissensspektrum sind zentrale Bausteine, um auf sich ständig ändernde Herausforderungen unserer Zeit schnell reagieren und perspektivisch agieren zu können. Ein Zugang zu kreativem Wissensmanagement basiert auf zentralen Intelligenzstrukturen (Inhalte-Operationen-Produkte) sowie Erkenntnissen der Gehirnforschung in Verbindung mit innovativer Mnemotechnik. In diesem Vortrag wird interaktiv demonstriert, wie schnell man sich fach-übergreifend unterschiedlichstes Wissen und Fertigkeiten zu Allgemeinbildung, Kommunikation, Fremdsprachen, Schnelllesen, Mathematik, Logik und Technik-Applikationen aneignen kann. Nach dem Motto: „Nichts ist unmöglich“ – mit trainierter Kompetenz, Spaßfaktor und Motivation zu innovativer Lösung aktueller Aufgaben in Ausbildung, Weiterbildung und Wirtschaft.

Kategorien Wissensmanagement: Metakognitives Wissen (für Kontrolle + Steuerung + Regelung von Lern- und Denkvorgängen), soziales, strategisches, prozedurales und domänenspezifisches Wissen.

Systemisches Wissensmanagement kümmert sich um das Wissen (und Nichtwissen) von Personen und Organisationen. Die Instrumente „Top-down“ (Wissenslandkarte → MindMaps), „Bottom-up“ (Wissensbaum) und unterschiedlichste verknüpfende, generisch-kreative Werkzeuge (Mnemotechnik) sind hierfür relevant.

Kreatives Wissensmanagement impliziert das schöpferische Vermögen im interdisziplinären Denken (Kognition), Fühlen (Sensorik) und Handeln (Aktorik). Mit Kreativität kann jede schöpferische Tätigkeit bezeichnet werden, die Neues hervorbringt. Alle Aspekte sind lerntyp-abhängig für kreatives Lernen in allen Alters, Schul- und Berufsgruppen.

Exemplarische Memos zu Kreatives Wissensmanagement
 → Methoden, Strategien, Motivation, Perspektiven

• **Akronym-Basis für Fitness: ABCDE-Modell**

- A = Anti-Stress, Arzt, Arzneimittel
- B = Bewegung (bessere Durchblutung → Körper → Hirn → Fitness)
- C = Cerebrales (Hirn-) Training und Concentration (auf Thema),
- D = Diätetische Einstellung (mental + physisch)
- E = Emotion (positiv!)

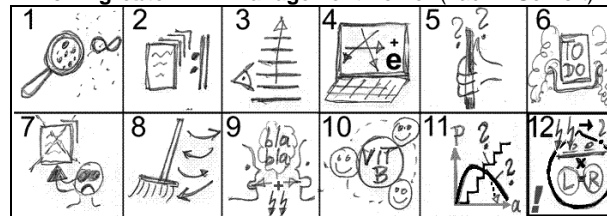
• **Akronym-Basis für Lernen & Gedächtnis: BRAIN-Regel**

- B = Bilder, bunt und bewegt während Lernen und Kommunizierens
- R = Richtig Lerninhalte mit festgelegten Anknüpfen verknüpfen
- A = Alle Sinne & Assoziationen für Lernen + Kommunizieren
- I = Imagination, d.h. kreativen Bildschöpfungen freien Lauf lassen,
- N = Nummerieren und strukturieren während wichtiger Lern-Phasen

• „Universalwissen“-Liste als Uhren-Mind Map (→ Medien)



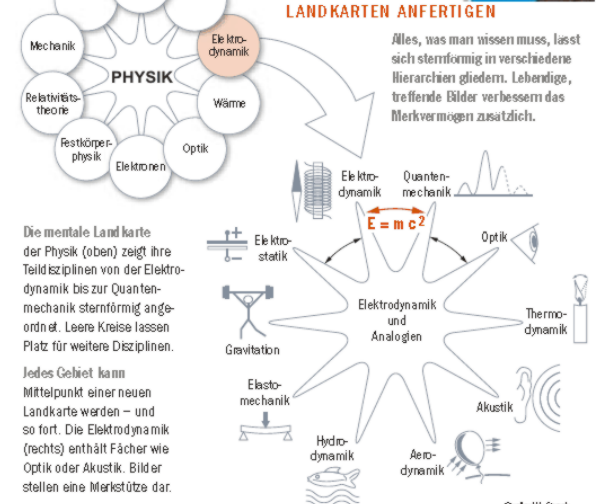
• **Die 12 größten ZEITmanagement-Fehler (nach L.Seiwert)**



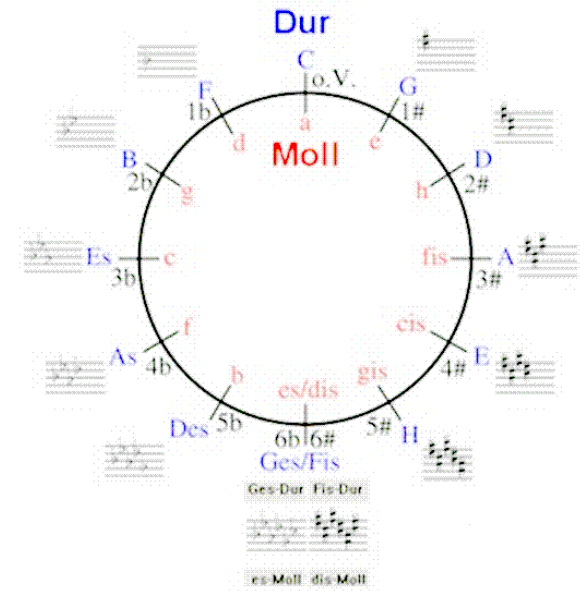
• **Basis-Kette für effektives Zeit- und Wissensmanagement:**
 Motivation>Konzentration>Imagination>Methoden>Handlungskompetenz

W: www.wolfram-stanek.de - 2 - E: stanek@fh-koblenz.de

• **Mind Maps PHYSIK → Elektrodynamik-Analogien (FOCUS)**
 mit Vernetzung interdisziplinärer Bereiche für technische Innovationen
 FOCUS 18.02.2008: Testen Sie Ihr Wissen:



• **Mind Map MUSIK → Tonarten - Quintenzirkel**
 mit Merkbrücken für #- und b-Tonarten in DUR → moll-Tonarten



W.S. 18-09-06

Meine 8 Planeten sind maßstäblich und mit meinen 3 Zwergen in der richtigen Reihenfolge. Ich selbst bin doppelt so groß.

- ASTRONOMIE:** Mind-Map → Memo-Maps (Durchmesserrelationen)
- KÖRPERSYSTEM:** Ankermethode, EU etc bis Kommunikation

GEOGRAFIE: Mind Maps, Routen mit Story-Technik



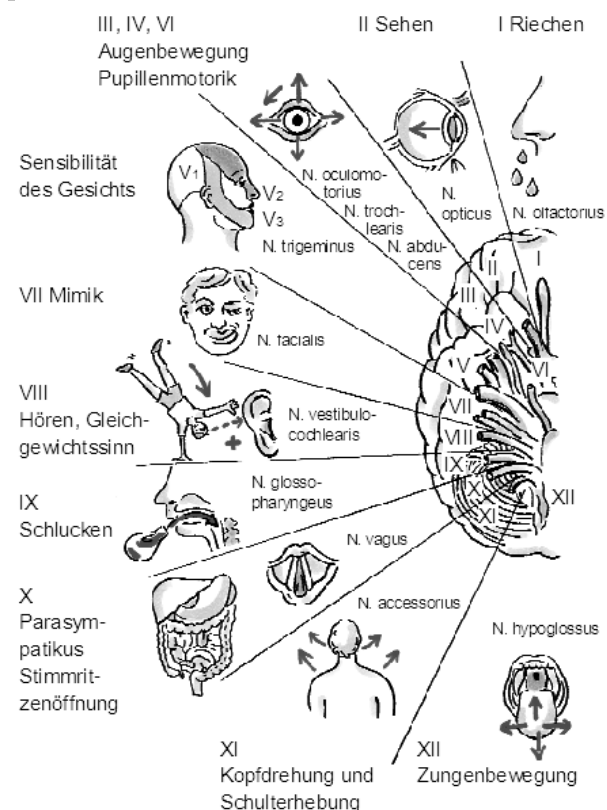
SPRACHEN: z.B. „Blitz-Lernen“ chinesische Schrift

女	Frau nǚ 3 / nǚ	子	Kind zǐ 3 / dǐ	目	Auge mù 4 / mù	耳	Ohr ěr 3 / ěr	山	Berg shān 1 / shān
川	Fluss chuān 1 / shuān	水	Wasser shuǐ 3 / shuǐ	月	Mond yuè 4 / yuè	日	Sonne rì 4 / rì	母	Mutter mǔ 3 / mǔ
又	Hand yòu 4 / yòu	中	Mitte zhōng 1 / shàng	四	vier (4) sì 4 / sì	西	Westen xī 1 / shì	豕	Schwein shǐ 3 / shǐ
五	fünf (5) wǔ 3 / wǔ	宀	Dach mián 1 / mǎn	安	Friede, Ruhe ān 1 / ān	好	gut hǎo 3 / hǎu	家	Familie jiā 1 / shìjiā
海	Meer hǎi 3 / hǎi	取	nehmen qǔ 3 / shǔ	娶	die Frau heiraten qǔ 3 / shǔ	明	hell, klar míng 2 / míng	嫁	den Mann heiraten jià 4 / shìjiā
六	sechs (6) liù 4 / liù	七	sieben (7) qī 1 / tǒh	八	acht (8) bā 1 / bā	九	neun (9) jiǔ 3 / dǎojiǔ	十	zehn (10) shí 2 / shí
一	eins (1) yī 1 / i	二	zwei (2) èr 4 / ěr	三	drei (3) sān 1 / sān	王	König wáng 2 / wáng	玉	Jade, "Edelstein" yù 4 / yù
国	Land, Nation guó 2 / guó	人	Mensch rén 2 / rén	大	groß, großartig dà 4 / dà	天	Himmel tiān 1 / tiān	夫	Ehemann, Meister fū 1 / fū

ZAHL-FORM-System: Alltagsnützliche Zahlen 1 bis 24 (bis 100 in „Gedächtnistraining“, Goldmann-Verlag)



MEDIZIN: Mind Map mit Memo Maps + Namen & Gesichter



Akronym-Basis für Memo Speed Reading: SPEED-Regel
S = Subverbalisieren (Subvokalisieren) vermeiden!
P = Pressing = zwingen, schneller als bisher zu lesen und zu behalten,
E = Erweiterung der Blickspanne (Wort-gruppen lesen + 3-D-Magic Eye,
E = Ergänzungswörter (Füllsel „der“, „die“, „das“, „und“ etc) überspringen,
D = Diagonal lesen (blockweise, nicht Wort-für- Wort)



MATHEMATIK: Formeln+magische Matrix+Körper+Räume

Magisches Quadrat Albrecht Dürer (Kupferstich Melancholia 1514)

16	3	2	13
5	10	11	8
9	6	7	12
4	15	14	1

GAUSS - Glockenkurve
 $f(x) = \frac{1}{\sigma\sqrt{2\pi}} \cdot e^{-\frac{(x-\mu)^2}{2\sigma^2}}$
 Streuung σ , Erwartungswert μ , Zufallsgröße x
 $1+1=2$, $\mu=7$, $6+6=12$

Magischer Würfel $\Sigma=130$
 2008 erstmalige analytische Lösung
 Summe aller Zellenwerte in alle Richtungen der 12 Flächen = 130
 Zahlen 1 - 64 ohne Wiederholungen

Zahlenmagie in 12 (hier 4) Ebenen
 Zellen-Summen
 in allen Richtungen
 der 12 Ebenen = 130
 Magischer 3-D-Raum Nr.1-K
 (C) Prof. Dr.-Ing. Wolfram Stanek
 Aesculap Memo Masters - Mind Festival 2008
 Applikationen in Natur + Technik ?!