



Interaktiver Vortrag zu Lernen & Gedächtnis im Wissensspektrum

Bad Schwalbach 11. Gesundheitsforum

Ganzheitlicher Hirneinsatz

24.10.2008
19:30 – 22:00 Uhr

Wissensmanagement im Wissensspektrum

Prof. Dr.-Ing. Wolfram Stanek
[www.wolfram-stanek.de]

Kreatives Wissensmanagement - Interaktives Lern- und Gedächtnistraining

Schon mit einfachen Lern- und Lesestrategien bekommt man auf der Basis zentraler Gedächtnistechniken und richtigem Wissensmanagement unterschiedlichstes Wissen spielerisch - bei entsprechender Motivation und Konzentration - oft unglaublich schnell in den Kopf.

Systemisches Wissensmanagement kümmert sich immer um zwei Realitäten: Das Wissen (und Nichtwissen) von Personen und Organisationen, wobei Kenntnisse und Erkenntnisse zu implizitem wie explizitem Wissen für jedes Wissensmanagement relevant sind. Hierbei sind die drei Instrumente „Top-down“ (Wissenslandkarte), „Bottom-up“ (Wissensbaum) und diverse verknüpfende, generisch-kreativen Werkzeuge (Mnemotechnik) von zentraler Bedeutung.

Kreatives Wissensmanagement impliziert das schöpferische Vermögen im interdisziplinären Denken (Kognition), Fühlen (Sensorik) und Handeln (Aktorik). Im weitesten Sinne kann mit Kreativität jede schöpferische Tätigkeit bezeichnet werden, die Neues hervorbringt. Innovationen entstehen durch ästhetische und künstlerische Kreativität, bei bildnerischen und darstellenden Produktionen, bei kreativen Wahrnehmungs- und Bildungsprozessen und durch pragmatische, lösungsorientierte Originalität bei technischen und nicht-technischen Problemstellungen. Alle Aspekte sind lerntypabhängig wichtig für kreatives Lernen in allen Alters-, Schul- und Berufsgruppen.

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

Methodischer Zugang zu kreativem Wissensmanagement ist die Optimierung des Gedächtnisses durch Verbindung von Memorik, Sensorik und Aktorik zu einer kreativen Mnemotechnik mit Struktur und Visualisierung in allen Wissensbereichen. Ein methodisch verständlicher Zugang ist auch...

=> **Ziel des Beitrages** „Kreatives Wissensmanagement – Interaktives Lern- und Gedächtnistraining“ von Prof. Stanek bei diesem 11. Gesundheitsforum 2008 in Bad Schwalbach, mit den vorgestellten Methoden schnell umsetzbare Konzepte unter neuen Blickwinkeln und Sichtweisen für optimiertes Lernen diverser Daten und Fakten anzuregen ... und hierfür auch zu begeistern. **GESUNDHEIT** wird immer durch einen harmonischen Dreiklang von „Körper, Geist und Seele“ geprägt. Deshalb ist ein kreatives, erfolgreiches **WISSENS-MANAGEMENT** („Lebenslang lernen mit viel Spaß“) im Alltag, in der Ausbildung und im Beruf eine zentrale **LEBENSQUELLE**, die auch unser seelisches wie körperliches Wohlbefinden nachhaltig unterstützen und motivieren kann.



Exemplarische MEMOS zum Vortrag „Kreatives Wissensmanagement - Interaktives Lern- & Gedächtnistraining“

• Akronym-Basis für GESUNDHEIT & effizientes Wissensmanagement: ABCDE-Modell

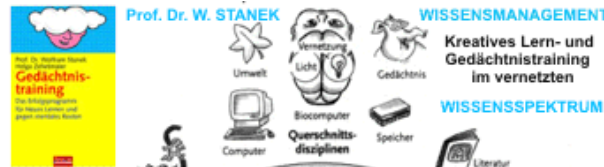
A = Anti-Stress, Arzt, Arzneimittel, B = Bewegung (bessere Fitness + Durchblutung), C = Cerebrales (Hirn-) Training und Concentration (auf Thema), D = Diätetische Einstellung (mental + physisch), E = Emotion (positiv!)

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

B = Bilder, bunt und bewegt während des Lernens und Kommunizierens aufbauen, R = Richtig Lerninhalte mit festgelegten Anker (Stützstellen) verknüpfen, A = Alle Sinne & Assoziationen beim Lernen und Kommunizieren einsetzen
I = Imagination, d.h. beim Lernen der kreativen Bildschöpfung freien Lauf lassen, N = Nummerieren und strukturieren wir während wichtiger Lern-Phasen

• Akronym-Basis für Memo Speed Reading: SPEED-Regel

S = Subverbalisieren (Subvokalisieren) vermeiden!
P = Pressing = konzentriert zwingen, viel schneller als bisher zu lesen + behalten, E = Erweiterung der Blickspanne (Wortgruppen lesen + 3-D-Magic Eye [vgl. S. 6]), E = Ergänzungswörter (Füllsel wie „der“, „die“, „das“, „und“ etc) überspringen, D = Diagonal lesen (blockweise, nicht Wort-für-Wort)



Für jedes Wissensgebiet: Strukturierte Geschichten & Merkbrücken, z.B. USA, Strukturierte Körper-Systeme: z.B. EU & Kommunikation, Strukturierte Loci-Systeme: z.B. Zahlen, Literatur, Strukturierte Stern- & Uhren-Mind-Maps: Fach- & Universalwissen, Memo-Maps: z.B. Medizin, Physik etc, Namen- und Gesichter-Techniken ... auch für Fremdwörter, Zahl-Form-, Matrix- & Cluster-Systeme: z.B. Daten & Fakten, strukturierte Listen, Kombination von Memo-Systemen: z.B. Astronomie, Medizin, **PHYSIK => Elektrodynamik (FOCUS)**

FOCUS 18.02.2008: Testen Sie Ihr Wissen:

Gedächtnistrainer Professor Wolfram Stanek erklärt, wie man sich das umfangreiche Wissen dieser Welt am besten aneignet.

Von Mind-Map Universalwissen über Unter-Mind-Map Physik zu neuem Unter-Mind-Map Elektrodynamik



... oder SPRACHEN: „Blitz-Lernen“ chinesische Schrift

女	Frau nǚ 3 / nǚ	子	Kind zǐ 3 / dǎi	目	Auge mù 4 / mù	耳	Ohr ěr 3 / ěr	山	Berg shān 1 / shān
川	Fluss chuān 1 / chuan	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 / zhōng	四	vier (4) sì 4 / sì	西	Westen xī 1 / xī	豕	Schwein shǐ 3 / shǐ
五	fünf (5) wǔ 3 / wǔ	宀	Dach mián 1 / mián	安	Friede, Ruhe ān 1 / ān	好	gut hǎo 3 / hǎo	家	Familie jiā 1 / jiā
海	Meer hǎi 3 / hǎi	取	nehmen qǔ 3 / qǔ	娶	die Frau heiraten qǔ 3 / qǔ	明	hell, klar míng 2 / míng	嫁	den Mann heiraten jià 4 / jià
六	sechs (6) liù 4 / liù	七	sieben (7) qī 1 / qī	八	acht (8) bā 1 / bā	九	neun (9) jiǔ 3 / jiǔ	十	zehn (10) shí 2 / shí
一	eins (1) yī 1 / yī	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

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

W.S. 18-09-06

ASTRONOMIE:
Memo-Maps
(Durchmesserrelationen)

KÖRPERSYSTEM:
Ankermethode, interdisz.
1,2, ... 10 ...

Sollen lange Listen gelernt werden, wie etwa die Bundesstaaten der Vereinigten Staaten von Amerika (USA = United States of America), so strukturieren Sie in einfachen Clustern (hier Regionen oder Wege).

48 interne + 2 externe (HI + AK)

BUNDESSTAATEN USA

AKANADA
HI HAWAII
MEXIKO
WASHINGTON D.C. Hauptstadt USA

Akronym-Vorschlag für "Große Seen": My lakes are my HOMES

H = Huron See
O = Ontario See
M = Michigan See
E = Erie See
S = Superior See (=Oberer See)

WA (1) Washington	weg1	UT (18) Utah	MD (35) Maryland
OR (2) Oregon		CO (19) Colorado	MT (36) Montana
CA (3) California		KS (20) Kansas	ND (37) North Dakota
AZ (4) Arizona		MO (21) Missouri	SD (38) South Dakota
NM (5) New Mexico		KY (22) Kentucky	MN (39) Minnesota
TX (6) Texas		WV (23) West Virginia	WI (40) Wisconsin
LA (7) Louisiana		VA (24) Virginia	MI (41) Michigan
MS (8) Mississippi		ID (25) Idaho	weg4
AL (9) Alabama		WY (26) Wyoming	VT (43) Vermont
GA (10) Georgia		NE (27) Nebraska	NH (44) New Hampshire
FL (11) Florida		IA (28) Iowa	ME (45) Maine
OK (12) Oklahoma	weg2	IL (29) Illinois	MA (46) Massachusetts
AR (13) Arkansas		IN (30) Indiana	RI (47) Rhode Island
TN (14) Tennessee		OH (31) Ohio	CT (48) Connecticut
NC (15) North Carolina		PA (32) Pennsylvania	
SC (16) South Carolina		NJ (33) New Jersey	AK (49) Alaska
NV (17) Nevada	weg3	DE (34) Delaware	HI (50) Hawaii

GEOGRAFIE: Mind Maps mit Story-Technik

Zahl-Form-System: Alltagsnützliche Zahlen 1 bis 24 (bis 100 in „Gedächtnstraining“, Goldmann-Verlag)

MEDIZIN: Mind Map mit Memo Maps + Namen & Gesichter

III, IV, VI Augenbewegung Pupillenmotorik
II Sehen
I Riechen
Sensibilität des Gesichts
VII Mimik
VIII Hören, Gleichgewichtssinn
IX Schlucken
X Parasympathikus Stimmritzenöffnung
XI Kopfdrehung und Schulterhebung
XII Zungenbewegung

N. oculomotorius, N. trochlearis, N. opticus, N. olfactorius, N. trigeminus, N. abducens, N. facialis, N. vestibulocochlearis, N. glosso-pharyngeus, N. vagus, N. accessorius, N. hypoglossus

SPEED READING: 3-D-Magisches Auge (T. Buzan, BBC)

MATHEMATIK: Magische Matrizen + Würfel + Demos
(Details: www.wolfram-stanek.de + www.memomasters.de)