

Die Loci-Methode als Mnemotechnik in der Anwendung

(Das Wort Mnemotechnik stammt aus dem Griechischen (mnêmon = aufmerksam) und erinnert an die Mutter der Musen Mnemosyne, die daher folgerichtig die Göttin des Gedächtnisses war.)

Hintergrund und Entstehung der Loci-Methode

Die Erfindung dieser Technik wird dem griechischen Dichter Simonides, der etwa 500 v.Chr. lebte, zugeschrieben. Simonides hatte den Auftrag, in einer Gesellschaft ein Gedicht zu Ehren des Gastgebers vorzutragen. Kurz darauf wurde Simonides von zwei jungen Männern hinausgebeten. Während er draußen war, stürzte das Gebäude zusammen und begrub alle im Haus unter sich.

Als man die Toten ausgrub, konnten die Verwandten ihre Angehörigen nicht mehr erkennen. Simonides, der sich erinnerte, wer an welchem Platz gesessen hatte, identifizierte die Opfer. Er kam später auf den Gedanken, als Erinnerungshilfe bildliche Vorstellungen der zu behaltenden Informationen, an verschiedenen Plätzen in einer bekannten Umgebung, einzuordnen.

In der Loci-Technik wird für jeden Begriff ein eigener Platz reserviert, quasi Variablen geschaffen, die mit verschiedenen Inhalten belegt werden können. Diese Variablen liegen in einer übergeordneten, fixen Struktur, so dass es möglich wird, bei der Wiedergabe die genaue Reihenfolge einzuhalten.

Diese fixe Struktur kann ein wohlbekannter Weg sein, aber auch ein Raum. Es muss im zweiten Falle nicht unbedingt ein realer Raum sein. Man kann sich selbst seinen eigenen Raum schaffen, dies muss jedoch in größtmöglicher Detailgenauigkeit geschehen. Bei beiden Varianten ist es notwendig, ganz eindeutige Plätze auszuwählen, wo später die zu merkenden Dinge „abgelegt“ werden können. Zusätzlich kann man diesen Plätzen noch Nummern zuweisen. Anschließend kann man auf die geistig vorbereiteten Plätze das zu Merkende ablegen; besonders günstig ist es, wenn man mehrere Dinge zuerst zu einem Assoziationsbild verknüpft und dann gedanklich ablegt. So wird „Platz gespart“ und man erinnert sich obendrein noch leichter. Man kann den Weg oder das Zimmer immer wieder benutzen, quasi neu „beschreiben“, wenn das alte Wissen vergessen wurde. Ohne Wiederholung werden die Bilder im Kopf immer schwammiger, bis sie irgendwann ganz vergessen werden.

Mögliche Vorgehensweise

- Gut bekannte Folge von Orten, die auf dem Weg zum Seminarort, Arbeitsstelle, Einkaufen, Schule, Kita, etc. liegen
- Bildliche Vorstellung der zu lernenden Begriffe mit den Orten und Wegen bildhaft assoziieren
- Beim Abrufen der Informationen wird in der Vorstellung der Weg von Ort zu Ort durchgegangen

Lernen mit der Loci-Technik und der eigenen Wohnung/Arbeitszimmer

Das Arbeitszimmer könnte zum Beispiel die folgenden Objekte beinhalten:

1 = Bürostuhl 2 = Tisch 3 = Computer 4 = Pinnwand 5 = Stehlampe 6 = Mülleimer

7 = Aktenvernichter 8 = Aktenschrank 9 = Wandkalender 10 = Rollcontainer

Zu verknüpfende Begriffe aus dem Lernbereich: Bankwesen

Tagesgeld, Einlage, Aktivgeschäfte, Bankgeheimnis, Geldwäsche, Bausparen, Lastschrift, Tan, Dauerauftrag, Sparen, Darlehen, Und-Konto

Zu verknüpfende Begriffe aus dem Lernbereich: Buchhaltung

Buchungssatz, Datev, Umsatzsteuer, Kontenrahmen, Inventur, Bilanz, GuV, Bestandskonten, Skonti, Sachanlagen, AfA, Leasing, Debitoren

Zu verknüpfende Begriffe aus dem Lernbereich: Marketing

Claim, Design, Marktanalyse, Nachfrage, Kaufkraft, Sponsoring, Mediadata, GTKC-Wert, PR, Werbespot, Werbemittel, Werbebotschaft

Zu verknüpfende Begriffe aus dem Lernbereich: Lagerlogistik

Abfallgesetz, Autokran, Einweisungszeichen, Wareneingang, Kommissionieren, Verladeeinrichtung, Europalette, Hubwagen, Packmittel, Regalsystem, Umschlag, Strichcode

Zu verknüpfende Begriffe aus dem Lernbereich: Büro und Verwaltung

Meeting, Geschäftskorrespondenz, Termine, Ablagesysteme, Vollmachten, EDV, Messen, Reisekostenabrechnung, Datenschutz, Briefgeheimnis, Organisationshandbücher, Prioritäten

Zu verknüpfende Begriffe aus dem Lernbereich: Gesundheitswesen

Heilmittelbudget, Ambulante Versorgung, Amtliche Gebührenordnung, Compliance, Kassenarzt, Kassenärztliche Vereinigung, Niederlassungsfreiheit, Solidarprinzip, Heilmittel, Zweigpraxis

Zu verknüpfende Begriffe aus dem Lernbereich: Elektronik

Back door, Dämpfung, Macroassembler, Packing, CAD, Tabellenspeicher, Oberwelle, IAS, Übergangsverlust, Kaltleiter, Fadinggenerator, Signalamplitude

Notizen:

