

Vera F. Birkenbihl

Das innere Archiv

4. erweiterte Auflage

mvg Verlag

© des Titels »Das innere Archiv« (ISBN 978-3-636-07206-1)
2010 by mvgVerlag, FinanzBuch Verlag GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

Inhalt

Hier geht's los	11
Zur er-WEIT-erten (4.) Auflage dieses Buch-Seminars	13
Aufbau des Buches	13
Kapitel 1 – Wichtige Ergebnisse der Gehirn-Forschung	15
Das innere Archiv	15
Lernbare Intelligenz? (Nach Dave PERKINS, Harvard)	18
PERKINS 1: NEURONALE GESCHWINDIGKEIT	19
PERKINS 2: ERFAHRUNGEN UND WISSEN	20
PERKINS 3: WIR KÖNNEN WÄHLEN!	21
SPIEGELNEURONEN	22
DER LERNBERG	28
1. Das GRUNDMODELL	28
2. Den Lernberg hochheben	31
Ball-im-Tor-Effekt (I und II)	31
Spiegelneuronen (IV)	33
METHODEN-MIX (III)	38
NEUROGENESE	39
Kapitel 2 – Das ABC als Grundlage des inneren Archivs	45
Warum 15 bis 25 Listen nötig sind	48
Die Ausbeute	50
Die Übungs-Zeit	53
Schummeln erlaubt?	55
Modul 1 – ABC-Listen-Paradox	57
Zu 1: Patent-Rezepte sind immer (zu) einfach (oberflächlich)	57
Zu 2: Einfaches kann nichts taugen	58
Modul 2 – AbRUF-Reiz	62
SEMONs Vermächtnis	63
ABC-LISTEN	65
Assoziatives Denken	66
Bruchteile reichen!	66
RE-KONSTRUKTION	72
Unbewußtes	72
Fragen	75
Reiz	75

Modul 3 – Assoziatives Denken	77
Modul 4 – COUVERT-TECHNIK	83
Fallbeispiel: Grammatik	86
Modul 5 – Denk-LUST	90
ABC-Techniken des inneren Archivs	93
Modul 6 – Denk-Technik: Mit LISTEN-Denken zum Erfolg	94
Teil I: LISTEN erstellen	95
1. Assoziatives Denken	96
Assoziatives Denken ist der goldene Schlüssel!	99
Technik 1: Listen erstellen	99
1. Erinnerung	102
2. Eine weitere kleine Quizaufgabe	102
Zwischenspiel	103
Liste möglicher Listen	105
Mini-Fallstudie: Kleines Listen-Farbenspiel	110
Aufgabe 1: Die Liste erstellen	110
Aufgabe 2: Die Liste sortieren	111
Aufgabe 3: Die Liste hierarchisieren	111
Aufgabe 4: Die Liste beurteilen	112
Aufgabe 5: Wie sehen andere das? (Forschung)	113
Checklisten-Varianten	114
Variante 1: Check-Liste verwendeter Farben (Wunsch-Liste)	114
Variante 2: Liste verwendeter Farben (Beobachtung)	114
Variante 3: Farb-Liste definiert Bild-Charakter	115
Variante 4: Listen Sie Fach-Infos!	116
Eine spezifische Listen-Variante: ABC-Listen	117
Training: Einfaches LISTEN-Denken	119
Teil II: Kombinatorisches Listen-Denken	122
Sechs Farben und Lesen & Lernen: Thema mit Variationen	131
Runde Listen – LULL'sche ROTAE: eine runde Sache!	135
Probleme lösen	136
1. Nie Zeit ... zum Listen-Lesen und -Üben?	136
2. Mit nur einer Liste zwei LULL'sche Leitern?	137

Modul 7 – Exformation	139
Der Begriff „Exformation“	141
1. Numerierte Witze?	143
2. Anspielungen auf gemeinsame Erlebnisse	143
3. Warum Exformation so wertvoll ist	144
4. Warum wir Serien lieben	144
5. Wenn Leute über Leute reden	144
Exformation = Voraus-Wissen	148
Wiederholungen, die keine sind!	151
Tiefe	151
„Gute Infos“?	152
Modul 8 – Forschungsergebnisse über das Lernen	153
Irrige Annahmen	153
Grundlagen	153
Experiment: Eine neue Sportart lernen	156
Experiment: Die Piano-Lektion	159
Experiment: Kann ein Text gehirn-gerecht sein?	161
Konzentration	163
Kleines Experiment zur Konzentration	164
Experiment: POSTER-WALK	166
Experiment: Knopf bei Verschwinden drücken!	168
Experiment: Lesen im Zug	169
Geduld	175
Auswendig lernen	175
Antidote zum Pauken: Differenziert wahrnehmen, differenziert denken!	177
Experiment: Exposure-Effekt	182
Experiment: Musik und American Football	183
Experiment: Kunst-Betrachtung	184
Experiment: Engagement	185
Aber so geht das doch nicht? Wirklich nicht?!	189
Experiment: Verringert Wissen Kreativität?	193
Modul 9 – Gedächtnis-Paradox	195
Wie sicher sind Zeugenaussagen?	196
1. Kryptomesie: Pseudo-Erinnerungen	197
2. Quellen-Amnesie – so entstehen Gerüchte!	198
2.1 Ideenklau (Plagiat)?	199
2.2 Irrtümer!	200

Modul 10 – Gehirn-gerecht Machen von <u>neuen</u> (Lern-)Infos	201
Überblick und neue Erkenntnisse	201
KONSTRUKTION = SAAT	201
Phase 1: Die Planung	202
Phase 2: Hilfsfäden festlegen bzw. spinnen	203
Erste Hilfsfäden erzeugen	204
Phase 3: Einstieg in die eigentliche Lern-Arbeit	205
Phase 4: Fragend denken – Fragen stellen!	206
Phase 5: Virtual Reality (V.R.)	208
Fallbeispiel: Die Ratte	208
Howard LEVINEs Seh-Duktion	209
Mentale V.R. als letzter Lernschritt	211
Modul 11 – Geniales Denken – Oder: Denken GENIES anders?	213
GENIE(-ale) Studien!	213
Geniale Ungleichheit?	215
Multiplikatorische Ideen-Explosion?	221
AQUIN oder EINSTEIN?	223
Modul 12 – Informations-Flut?	225
1. Fisch	225
Sufi-Story: Fische auf der Suche	225
2. Bedeutung	226
3. Wahrnehmung	228
4. Bedeutung entsteht	230
Oder: konkave Kreativität	230
It takes two to tango	231
5. Die Info-Flut beherrschen	233
Drei Arten von Informationen	234
Kategorie (Info-Typ) 1 und 2: Wesentlich oder Info-Müll?	234
Gegen den INFO-Terror beim Fernsehen	236
Kategorie (Info-Typ) 3: Update-Wissen	239
Modul 13 – Kreatives Schummeln	242
1. ABC-Listen, um schwierige Buchstaben zu „füllen“	242
2. KaWa.s: Der Buchstabe, den wir suchen, fehlt	244

Modul 14 – Lehrer-Modul	246
Die Noten	248
Assoziatives Denken in der Schule!	250
Modul 15 – LULL'sche Leitern und ROTAE	256
Attribute Gottes	260
Leitern	262
ROTAE	263
Die spezielle „Denke“ von LULLS LEITERN und ROTAE	264
Modul 16 – PICASSO et al.	267
Beispiel Nr. 1: Insektenart „Büffel“?	267
Zwischenspiel vor dem nächsten Beispiel	268
Beispiel Nr. 2: Bildauffassung bei den äthiopischen Me'ern	269
Beispiel Nr. 3: Der Hühnerfilm	269
Beispiel Nr. 4: Die Frau von PICASSOs Mitreisenden	271
Modul 17 – Tapeten-Effekt	272
1. Ver-BIND-ung = innerer Kontext	272
2. Ein-BIND-ung in den äußeren Kontext	273
Trockentraining kontra-produktiv?	275
8 Praktische Tips	278
Modul 18 – Unterschwellig?	283
Doppel-Konsequenz für unser inneres Archiv	287
Auf- und Ausbau des inneren Archivs	287
Praktische Nutzung des inneren Archivs	287
Das Unbewußte bewußt nutzen?	287
Fallbeispiel 1: Der Name liegt mir auf der Zunge	288
Fallbeispiel 2: Das kaum registrierte Büro	289
NØRRETRANDERS Fazit	290
Mein Fazit	291
Modul 19 – Das ZEIT-Paradox	294
Wodurch wird ein Vortrag langweilig?	294

Vorwort zu den Merkblättern	299
Merkblatt Nr. 1: Analograffiti für Quer-Einsteiger	300
Analograffiti	300
1. KaWa [©] (Wort-Bild)	300
Mini-Experiment	301
Noch eine Mini-Übung gefällig?	302
Stadt, Land, Quantenphysik!	302
ABC-Listen sind auch KaWa.s	303
2. KaGa [©] (Denk-Bild)	304
Oft verbindet ein Analograffiti KaWa.s mit KaGa.s	305
Merkblatt Nr. 2: 11 km contra 15 mm?	308
Merkblatt Nr. 3: Inneres Archiv	311
Das innere Archiv und die Schule	311
Merkblatt Nr. 4: Subliminale Wahrnehmungen	313
Mini-Abriß der geschichtlichen Entwicklung und Forschung	313
Europa	314
Amerika	315
Nochmal Europa	317
PLÖTZL-Effekt	318
Amerika: 1957 – die Atombombe der Psychologie!	321
Die Atombombe und ihr Fallout	323
Merkblatt Nr. 5: Von Mr. Rechts und Mr. Links zum analografischen Denken	328
Merkblatt Nr. 6: ABC-Listen (alphabetisch sortiert / deutsch) *	330
Zwei Bilinguale Listen	363
Merkblatt Nr. 7: Eingangstor in dieses Buch (früher Kapitel 1)	365
Literaturverzeichnis	382
Stichwortverzeichnis	384

* Überblick: Alle ABC-Listen werden im Stichwortverzeichnis aufgeführt