

## Zusammenfassung

Wie Sie sehen, gibt es einige nützliche Tricks Ihrem Gedächtnis auf die Sprünge zu helfen. Welcher Trick bzw. welche Methode für Sie die beste ist, müssen Sie für sich selbst herausfinden. Das Geheimnis Ihres Erfolgs liegt darin, möglichst viele Sinne und Gefühle in Ihr Merkmal einzubeziehen. Denken Sie auch daran, dass in Ihrem Merkmal Unmengen von Informationen Platz finden können. Wichtig ist dabei, dass jede Information sich einprägsam gestalten lässt. Also probieren Sie die einzelnen Methoden aus und spielen Sie das Spiel. Sie werden erleben, dass sich Ihr Gedächtnis auf einfache Weise trainieren lässt. Außer den erwähnten Gedächtnistricks gibt es noch viele mehr. Anbei erhalten Sie noch eine Liste mit Literatur, aus der auch die Idee zu diesem Spiel entstanden ist. Alle vorgestellten Gedächtnistricks können Sie dort noch einmal vertiefen.

**Doch nun das wichtigste zum Schluß: Sie müssen Gedächtnistricks üben, denn sonst gehen Sie aus Ihrem Bewusstsein verloren!**

## Literatur:

Birkenbihl, Vera F.: Stroh im Kopf? Speyer 1983  
 Buzan, Tony: Nichts vergessen! München 1987  
 Geisselhart, Roland R./Burkart, Christine: Werden Sie ein Genie! Zürich 1995  
 Geisselhart, Roland R./Burkart, Christine: Gedächtnis-Power. Offenbach 1997  
 Geisselhart, Roland R./Burkart, Christine: Konzentrations-Power. Offenbach 1998  
 Geisselhart, Roland R./Burkart, Christine: Das perfekte Gedächtnis. Zürich 1989  
 Jonathan Hancock: Gehirn Power. München 2002

Die Gedächtnistricks sowie die angesprochenen Methoden dieses Spieles sind sorgfältig recherchiert und erarbeitet worden. Dennoch kann der Verlag und der Autor für die Angaben sowie für die Wirksamkeit der Methoden in diesem Spiel keine Haftung übernehmen.

Autor: Michael Schein  
 Grafik: Peter Schurzmann  
 ©2002 W&L Verlagsgesellschaft mbH  
 Nußbaumweg 4  
 D-71720 Oberstenfeld

Bitte aufbewahren!

T.Nr. 2850472

# GRIPS Champion

Der Gedächtnistrainer!

festen und  
trainieren Sie Ihr  
Gedächtnis

Hier ist Ihre Frischzellenkur fürs Gehirn. Vergessen gilt nicht - mit diesem Spiel trainieren Sie Ihr Gedächtnis, so dass Sie Daten, Listen, Zahlen und Namen mühelos und dauerhaft speichern können. Sie werden staunen, wie schnell Sie wahre Meisterleistungen vollbringen können und dies spielerisch leicht, aber wirkungsvoll. Profitieren Sie von einem guten Gedächtnis sowohl im Beruf, in der Schule wie auch im Alltag. Das Spiel enthält unterschiedliche Spielvarianten mit steigendem Schwierigkeitsgrad. Na, das wäre doch was für Sie! Oder lassen Sie nur die Anderen denken?

## Spielplan 1

**Spieler:** 2-4, ab 10 Jahren

**Spieldauer:** 30 Minuten

**Spielmaterial:** 1 Spielbrett mit 2 Spielplänen

100 Gedächtniskärtchen in 5 unterschiedlichen Farben

4 Spielsteine

4 Setzsteine

1 Augenzwürfel

1 Spielanleitung

Startfeld für  
Spielstein

Lauffelder

Vor dem ersten Spiel werden die 100 Gedächtniskärtchen aus den 5 Stanztableaus herausgebrochen.

Startfeld für  
Setzstein

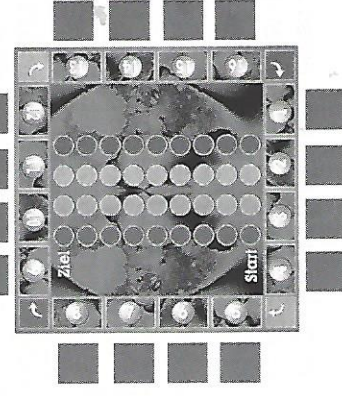
## Spielvariante 1:

Diese Spielvariante zur Einführung verdeutlicht, dass es von Vorteil ist ein gutes Gedächtnis zu besitzen. In den meisten Fällen wird der Spieler gewinnen, der das beste Gedächtnis hat. Dennoch kann auch ein wahrer Glücksritter gewinnen.

## Spielvorbereitung

Das Spielbrett wird in die Tischmitte gelegt, so dass der Spielplan 1 sichtbar ist. Für diese Variante werden nur die 20 Kärtchen mit dem roten Rand benötigt. Der Rest der Kärtchen verbleibt bei dieser Spielvariante in der Schachtel. Die 20 Kärtchen werden verdeckt gemischt und 16 der Kärtchen (4x4) verdeckt rund um den Spielplan gelegt (siehe Abbildung 2). Die restlichen 4 Kärtchen kommen unbenutzt in die Schachtel zurück, sie werden für dieses Spiel nicht mehr benötigt. Jeder Spieler wählt eine Farbe. Den Spielstein stellt er auf

Abbildung 2





das farbgleiche Feld am Spielfeldrand. Den Setzstein platziert er auf dem farbgleichen Startfeld in der Spielplanmitte. Der Augenwürfel wird bereitgelegt.

#### **Spielablauf:**

Der jüngste Spieler beginnt. Das Spiel verläuft reihum im Uhrzeigersinn. Der Spieler der am Zug ist, würfelt mit dem Würfel. Danach zieht er seinen Setzstein um so viele Lauffelder im Uhrzeigersinn nach vorne, wie der Würfel zeigt. Die Startfelder werden nicht mitgezählt. Auf dem Feld auf dem er nun zum stehen kommt, steht eine Zahl (z. B. die 9). Es gilt nun abzuschätzen ob die Zahl die auf dem angrenzenden Kärtchen steht kleiner, gleich oder größer ist. Der Spieler gibt seine Vermutung ab. Danach wird das Kärtchen herumgedreht.

**War seine Vermutung richtig:** darf er seinen Setzstein um ein Feld in Richtung Ziel nach vorne ziehen. Danach ist der nächste Spieler am Zug.

**War seine Vermutung falsch:** ist der nächste Spieler am Zug.

Nachdem ein Spieler seinen Zug beendet hat wird das offenliegende Kärtchen an seinem Platz wieder herumgedreht, so dass es verdeckt liegt.

Auf jedem Lauffeld können mehrere Spielsteine stehen.

#### **Spielende:**

Das Spiel ist beendet, sobald ein Spieler das Zielfeld als Erster erreicht hat. Dieser Spieler hat gewonnen.

#### **Spielvariante 2:**

Bei dieser Spielvariante wird Ihre Merkfähigkeit im Bereich von Wörtern spielerisch gefördert. Jeder von uns kennt eine Folge von Wörtern von Einkaufslisten oder To-Do-Listen. Sollten Sie feststellen, dass Sie sich in diesem Bereich verbessern möchten, lesen Sie bitte im Anhang der Spielanleitung wie Sie dies anstellen können.

#### **Spielvorbereitung**

Für diese Variante werden nur die 20 Kärtchen mit dem orangefarbenen Rand benötigt. Der Rest der Kärtchen verbleibt bei dieser Spielvariante in der Schachtel. Die 20 Kärtchen werden verdeckt gemischt und 16 der Kärtchen (4x4) offen rund um den Spielplan 1 gelegt (siehe Abbildung 2). Die restlichen 4 Kärtchen kommen unbesehen in die Schachtel zurück, sie werden für dieses Spiel nicht mehr benötigt. Jeder Spieler wählt eine Farbe. Den Setzstein stellt er auf das farbgleiche Feld am Spielfeldrand. Den Setzstein platziert er auf dem farbgleichen Startfeld in der Spielplanmitte. Der Augenwürfel wird bereitgelegt.

#### **Spielablauf:**

Nachdem sich alle Spieler die Wörter auf den Kärtchen und die dazugehörige Zahl auf dem Spielplan eingeprägt haben, werden alle Kärtchen an ihrem Platz herumgedreht. Der jüngste Spieler beginnt. Das Spiel verläuft reihum im Uhrzeigersinn. Der Spieler der am Zug ist, würfelt mit dem Würfel. Danach zieht er seinen Setzstein um so viele Lauffelder im Uhrzeigersinn nach vorne wie der Würfel zeigt. Die Startfelder werden nicht mitgezählt. Auf dem Feld auf dem er nun zum stehen kommt, steht eine Zahl (z. B. die 9). Es gilt nun sich daran zu erinnern welcher Begriff dieser Zahl zugeordnet ist. Der Spieler gibt seine Vermutung über den Begriff ab. Danach wird das Kärtchen herumgedreht.

**War seine Vermutung richtig:** darf er seinen Setzstein um ein Feld in Richtung Ziel nach vorne ziehen. Danach ist der nächste Spieler am Zug.

**War seine Vermutung falsch:** ist der nächste Spieler am Zug.

Nachdem ein Spieler seinen Zug beendet hat wird das offenliegende Kärtchen an seinem Platz wieder herumgedreht, so dass es verdeckt liegt.

Auf jedem Lauffeld können mehrere Spielsteine stehen.

#### **Spielende:**

Das Spiel ist beendet, sobald ein Spieler das Zielfeld als Erster erreicht hat. Dieser Spieler hat gewonnen.

Diese Variante kann auch mit den lilafarbenen und den blauen Kärtchen gespielt werden.

#### **Spielvariante 3:**

Bei dieser Variante kommt es auf Ihr fotografisches Gedächtnis an. Stellen Sie eine Verbindung (Verknüpfung) zwischen der Zahl und dem Gegenstand her. Wie Sie sich das am besten merken können steht im Anhang dieser Spielanleitung.

#### **Spielvorbereitung**

Das Spielbrett wird in die Tischmitte gelegt, so dass der Spielplan 2 sichtbar ist.

Für diese Variante werden nur die 20 Kärtchen mit dem lilafarbenen Rand benötigt. Der Rest der Kärtchen verbleibt bei dieser Spielvariante in der Schachtel. Die 20 Kärtchen werden verdeckt gemischt und 16 der Kärtchen (4x4) offen rund um den Spielplan gelegt (siehe Abbildung 2). Die restlichen 4 Kärtchen kommen unbesehen in die Schachtel zurück, sie werden für dieses Spiel nicht mehr benötigt. Jeder Spieler wählt eine Farbe. Den Setzstein stellt er auf das farbgleiche Feld am Spielfeldrand. Den Setzstein platziert er auf dem Startfeld in der Spielplanmitte.

#### **Spielablauf:**

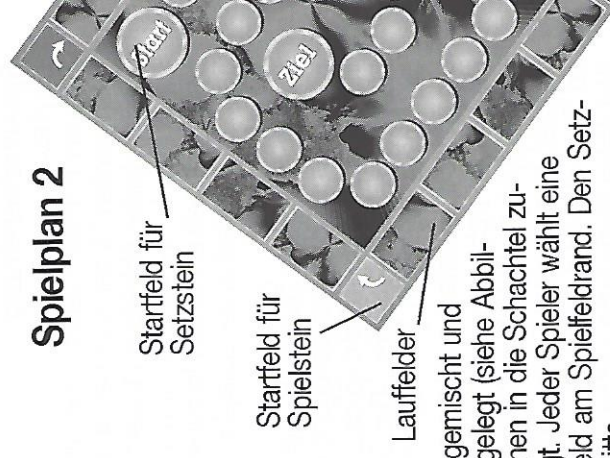
Nachdem sich alle Spieler die abgebildeten Gegenstände auf den Kärtchen und den dazugehörigen Platz eingeprägt haben, werden alle Kärtchen an ihrem Platz herumgedreht. Der jüngste Spieler beginnt. Das Spiel verläuft reihum im Uhrzeigersinn. Der Spieler der am Zug ist zieht seinen Setzstein um ein Lauffeld im Uhrzeigersinn nach vorne. Die Startfelder werden nicht mitgezählt. Der Spieler gibt nun seine Vermutung über den Gegenstand ab der sich auf dem Kärtchen befindet, das an dieses Lauffeld angrenzt. Das Kärtchen wird herumgedreht.

**War seine Vermutung richtig:** darf er seinen Setzstein um ein weiteres Feld nach vorne ziehen. Dort gibt er ebenfalls eine Vermutung ab usw. Die Kärtchen die richtig benannt werden, bleiben offen liegen, solange ein Spieler am Zug ist.

**War seine Vermutung falsch:** zieht der Spieler seinen Setzstein in der Spielplanmitte um so viele Felder in Richtung Ziel nach vorne wie er Kärtchen offenliegen hat. Nun dreht er die aufgedeckten Kärtchen um und der nächste Spieler ist am Zug. Auf jedem Feld des Spielplans dürfen mehrere Spielsteine oder Ziehsteine stehen.

#### **Spielende:**

Das Spiel ist beendet, sobald ein Spieler das Zielfeld als Erster erreicht hat. Dieser Spieler hat gewonnen.





Die Spielvariante 3 kann auch mit den lilafarbenen und den blauen Kärtchen gespielt werden.

### **Spielvariante 4:**

Diese Variante fördert spielerisch Ihr Personengedächtnis. Stellen Sie eine Verbindung (Verknüpfung) zwischen dem Bild einer Person und deren Namen her. Um Ihrem Gedächtnis dies zu erleichtern, lesen Sie bitte im Anhang dieser Spielanleitung nach.

### **Spielvorbereitung**

Für diese Variante werden nur die 20 Kärtchen mit dem grünen Rand benötigt. Der Rest der Kärtchen verbleibt bei dieser Spielvariante in der Schachtel. Von den 20 Kärtchen werden 16 der Kärtchen (4x4) mit den Gesichtern sichtbar rund um den Spielplan 2 gelegt (siehe Abbildung 2). Die restlichen 4 Kärtchen kommen in die Schachtel zurück, sie werden für dieses Spiel nicht mehr benötigt. Jeder Spieler wählt eine Farbe. Den Spielstein stellt er auf das farbliche Feld am Spielfeldrand. Den Setzstein platziert er auf dem Startfeld in der Spielplanmitte. Der Augenwürfel wird bereitgelegt.

### **Spielablauf:**

Nachdem sich alle Spieler die Gesichter mit dem Namen auf den Rückseiten der Kärtchen und den dazugehörigen Platz eingeprägt haben, werden alle Kärtchen an ihrem Platz herumgedreht so dass nur noch die Gesichter der Personen zu sehen sind. Der jüngste Spieler beginnt. Das Spiel verläuft reihum im Uhrzeigersinn.

Der Spieler der am Zug ist, würfelt mit dem Würfel. Danach zieht er seinen Spielstein um so viele Lauffelder im Uhrzeigersinn nach vorne wie der Würfel zeigt. Die Startfelder werden nicht mitgezählt. Auf dem Feld auf dem er nun zum stehen kommt, grenzt nun ein Kärtchen mit dem Gesicht einer Person. Es gilt nun, sich daran zu erinnern, welchen Namen diese Person hat. Der Spieler gibt seine Vermutung über den Namen ab. Danach wird das Kärtchen herumgedreht.

**War seine Vermutung richtig:** darf er seinen Setzstein um ein Feld in Richtung Ziel nach vorne ziehen. Nun darf er erneut würfeln, seinen Spielstein ziehen, eine Vermutung äußern usw. Der Spieler ist so lange am Zug, wie seine Vermutungen richtig sind.

**War seine Vermutung falsch:** ist der nächste Spieler am Zug. Bevor der Spieler der nun am Zug ist beginnt, werden alle offenliegenden Kärtchen wieder herumgedreht. Es darf also kein Name mehr zu sehen sein. Auf allen Feldern dürfen mehrere Spielsteine sowie Ziehsteine stehen.

### **Spielende:**

Das Spiel ist beendet, sobald ein Spieler das Zielfeld als Erster erreicht hat. Dieser Spieler hat gewonnen.

Diese Variante kann auch mit den zusätzlichen Eigenschaften auf den Kärtchen gespielt werden. Kann der Spieler der am Zug ist die angegebene Eigenschaft zusätzlich benennen, darf er seinen Setzstein um ein weiteres Feld nach vorne ziehen. Die Spielvariante 4 kann auch mit den lilafarbenen, den blauen und den orangefarbenen Kärtchen gespielt werden.

## **Viel Vergnügen wünscht das Spielspass-Team**

Das Spiel kann auch von zwei Teams gespielt werden. Jedes Team hat hierbei nur einen Spielstein. Ansonsten verläuft das Spiel wie oben beschrieben. Zum trainieren kann die Spielvariante 3 auch alleine gespielt werden.

## **Anhang zur Spielanleitung**

### **Tipps und Tricks zum besseren Gedächtnis**

Es geht ganz einfach. Ein gutes Gedächtnis ist eine Sache des Trainings. Hinzu kommt noch die Methode, wie Sie Ihrem Gedächtnis auf die Sprünge helfen. Mit simplen Tricks erzielen Sie erstaunliche Ergebnisse.

### **Haben Sie wirklich ein schlechtes Gedächtnis?**

Hier die 3 Punkte wie Ihr Gedächtnis scheitern kann

1. Sie prägen sich etwas nicht richtig ein.
2. Sie wissen etwas können es aber nicht abrufen
3. Sie vergessen die Information

Wenn Sie bei einem dieser Punkte Schwierigkeiten feststellen, glauben Sie, sie hätten ein schlechtes Gedächtnis.

### **Richtig einprägen**

Es gibt verschiedene Grundlagen und Wege, sich etwas einzuprägen. Das Interesse ist die Grundlage von allem. Je mehr Sie sich für etwas interessieren, desto leichter fällt es Ihnen, sich an etwas zu erinnern was damit im Zusammenhang steht. Kombinieren Sie verschiedene Mittel und Kanäle. Fassen Sie z. B. Bilder und Worte zusammen. Nutzen Sie Eselsbrücken. Dies alles können Sie mit diesem Spiel trainieren.

### **Die Information abrufen**

Sie wissen etwas, aber im entscheidenden Moment fällt es Ihnen nicht ein. Diese Gedächtnis-Blockaden müssen nicht sein. Denn die meisten Blockaden reden wir uns selbst ein. Aussagen wie "Ich kann mir nichts merken!" oder "Ich habe ein schlechtes Gedächtnis" beeinflussen uns negativ. Drehen Sie den Spieß doch einfach um und sagen Sie "Ich habe ein gutes Gedächtnis" oder "Ich möchte mir diesen Namen merken!". Dadurch werden erst gar keine Blockaden aufgebaut. Sollte dennoch eine Blockade vorhanden sein und es fällt Ihnen etwas nicht ein, lösen Sie diese Blockade. Überlegen Sie was mit dem Gesuchten im Zusammenhang steht. Es fällt Ihnen dann bestimmt wieder ein.

### **Vergessen der Information**

In Ihrem Gedächtnis bleibt gut Gelerntes lange haften. Durch regelmäßiges wiederholen bleibt das Gelernte erhalten. Die Information geht verloren sobald sie nicht mehr abgerufen wird. Wiederholen und trainieren Sie also systematisch. Mit den richtigen Methoden bleibt das Gelernte in Ihrem Gedächtnis.

**Das Spiel soll Ihnen helfen Ihr Gedächtnis zu trainieren. Die einzelnen Spielvarianten helfen unterschiedliche Gedächtnistricks und Methoden anzuwenden.**

### **Die Methoden**

Die meisten einsetzbaren Gedächtnistricks beruhen auf der Verbindung von Wort und Bild. Trainieren Sie deshalb Ihr Vorstellungsvermögen. Stellen Sie sich einen Gegen-



stand vor. Wie riecht der Gegenstand? Welche Farbe hat er? Welche Details erkennen Sie in Ihrer Vorstellung. Stellen Sie sich den Gegenstand auch in Bewegung oder in seiner Umgebung vor. Je besser, intensiver und farbiger Sie sich den Gegenstand vorstellen können, desto besser bleibt er in Ihrem Gedächtnis vorhanden.

### Lernen mit Bildraster

Bei dieser Methode merken Sie sich eine Reihe von Bildern, die Zahlen entsprechen. Diese werden dann mit den entsprechenden Wörtern, Gegenständen, Zahlen etc. Verbunden.

Zunächst müssen Sie sich ein Bildraster für jede einzelne Zahl merken. Um welches Bild es sich dabei handelt, ist nicht wichtig, nur müssen Sie sich auf eins festlegen und dabei bleiben. In der Literatur findet sich eine Fülle solcher Bildraster die angegebenen Bilder sind also nur ein Beispiel. Stellen Sie sich Bilder vor, die lebhaft und beeindruckende Verbindungen ermöglichen. Stellen Sie sich die Bilder mit Leben erfüllt und farbig vor. Fangen wir an:

- 1: Das Bild für die Zahl eins steht für eine Kerze. Die Form entspricht dem Zahlenwert.
- 2: Für die zwei merken wir uns einen Schwan. Der Hals erinnert an die Zahl.
- 3: Der Dreizack des Wassermanns steht für die drei.
- 4: Das Bild für die vier ist ein vierblättriges Kleeblatt.
- 5: Für die fünf merken wir uns eine Hand mit fünf Fingern
- 6: Der Rüssel eines Elefanten, geformt wie eine sechs, steht für diese Zahl.
- 7: Mit ein wenig Phantasie erkennt man aus einer Fahne am Fahnennast eine sieben.
- 8: Für die acht merken wir uns eine Sanduhr.
- 9: Die Schlange krümmt sich zur neun.
- 10: Die zehn ist ein auf dem Kopf stehender Golfschläger mit einem Golfball.

Lernen Sie Ihr Bilderraster auswendig. Gleich ob Sie mit den oben angegebenen Bildern arbeiten oder mit Ihren eigenen, für den Erfolg spielt es keine Rolle. Füllen Sie diese Bilder mit Leben. Lassen Sie Ihre Vorstellungskraft spielen. Je verrückter die Bilder sind, die Sie sich schaffen, desto besser. Nutzen Sie Ihren Humor, Übertreibungen und Farbigkeit.

### Ihr Merkvorgang

Um sich nun etwas zu merken müssen Sie nur noch die Verbindung schaffen. Bei dem Spiel möchten Sie sich z. B. in der Spielvariante 3 merken, dass das Kärtchen mit der Sonnenbrille an dem ersten Feld von Ihrem Startplatz aus gesehen anliegt. Das bedeutet z. B.: Sie haben diese dunkle Sonnenbrille auf um von der großen und heißen Kerze nicht geblendet zu werden. Sie bilden also einfach Zweierverknüpfung. An dem zweiten Feld liegt das Kärtchen mit dem Stoffhund an. Die Verknüpfung hierfür könnte sein: Der Schwan trägt den Stoffhund, in seinem roten Schnabel, hinaus auf den See. Mit dieser Methode lässt sich alles einprägen, was sich in irgendeiner Form auflisten lässt. Falls Sie sich mehr als 10 Dinge merken wollen, können Sie sich selbst Bilder für die einzelnen Zahlen ausdenken. Es besteht aber auch die Möglichkeit mit verschiedenen Farben zu arbeiten. Die ersten 10 Begriffe speichern Sie mit roten Symbolen ab, die nächsten 10 mit blauen Symbolen und so weiter.

### Die Forum-Romanum-Methode

Diese Methode heißt so, da dieser Gedächtnistrick schon von den Senatoren, im alten Rom, für ihre freie Rede vor dem Senat benutzt wurde.

Nutzen Sie für diese Methode einen Raum den Sie besonders gut kennen. Ihr eigenes Wohnzimmer oder den Raum in dem Sie sich gerade befinden. Gegenstände die sich in diesem Raum befinden sind so genannte Merkpunkte. Sie verknüpfen nun, dass was sie sich merken wollen mit einem Gegenstand der auf einem Weg durch diesen Raum liegt. Im Geiste gehen Sie nun den Weg durch diesen Raum und kommen an den einzelnen Gegenständen, also den Merkpunkten vorbei. Die Verknüpfung die Sie mit diesem Gegenstand gewählt haben, wird Ihnen nun sicherlich auch einfallen. So haben Sie auch, dass was Sie sich merken wollten parat. Aber wie so oft zählt auch hier: "Übung macht den Meister". In dem Spiel können Sie auch z. B. in der Spielvariante 2 sich das Spielbrett als den Raum ansehen durch den Sie (mittels Ihrer Spielfigur) gehen. Die einzelnen Lauffelder mit ihrer Zahl sind die Merkpunkte. Diese Merkpunkte verknüpfen Sie einfach mit dem Begriff der an diesem Lauffeld anliegt.

### Die Bilderkette

Dies ist eine sehr einfache Methode. Die sich zu merkenden Worte, Gegenstände oder Namen werden einfach hintereinander aufgereiht und miteinander in einer phantasievollen Bildergeschichte verkettet. Um die einzelnen Informationen wiederzugeben zu können, gehen Sie im Geiste Ihre Geschichte einfach von vorne bis hinten nochmals durch. Dabei gilt desto absurder und lustiger die einzelnen Verknüpfungen sind, desto besser kann man sich diese merken.

### Das Personengedächtnis

Um sich den Namen eines Mitmenschen merken zu können müssen Sie sicher gehen, dass Sie diesen auch richtig verstanden haben. Danach betrachten Sie diese Person genau. Interessieren Sie sich für diese Person. Suchen Sie sich ein auffälliges Merkmal aus. Dieses Merkmal verbinden Sie nun in einem phantasievollen Bild mit dem Namen. Sehr hilfreich kann dabei sein, wenn der Name der Person bereits eine Bedeutung hat. Wenn der Name noch kein passendes Bild beinhaltet erfinden Sie selbst einfach eins. Mit dem auffälligen Merkmal und der phantasievollen Verknüpfung zum Namen, sollte das behalten von Personen ein Kinderspiel sein. In der vierten Spielvariante wird Ihnen dieser Gedächtnistrick zu gute kommen.

### Das Zahlengedächtnis

Um sich Zahlen besser merken zu können, sollten Sie sich das gebräuchliche 10er-Tastaturfeld vorstellen. Stellen Sie sich nun den Weg den Sie auf der Tastatur ausführen müssten um die Zahl zu schreiben als rote Linie vor. Im nebenstehenden Beispiel z. B. die Zahl 139. Dadurch kann sich das Merken der Zahl vereinfachen.

Auch das angesprochene Bilderraster eignet sich dazu, sich Zahlen zu merken.

