

## Kapitel 10

### Thema: Erinnern und Vergessen

#### Aufgabe 1

**Überlegen Sie bitte: Woran können Sie sich normalerweise gut erinnern und was vergessen Sie oft?**

- Gesichter
- Namen
- Zahlen (Telefonnummern, Geheimnummern, Geschichtsdaten, Jahreszahlen, ...)
- Geburts- oder Hochzeitstage
- den Hausschlüssel
- wo Sie etwas hingelegt haben
- Verabredungen

**Tauschen Sie sich mit einem Partner / einer Partnerin aus.**

#### Aufgabe 2

**Machen Sie den Gedächtnistest auf folgender Internet-Seite:**

<http://www.sandoz.de/site/de/service/gesundheits-tests/gedaechtnistest/index.shtml>

**Haben Sie das Ergebnis erwartet oder haben Sie Ihr Gedächtnis anders eingeschätzt? Finden Sie das Ergebnis repräsentativ? Warum (nicht)?**

#### Aufgabe 3

**Suchen Sie auf folgender Website unter Multimedia, webTV nach der Folge „Auf der Suche nach der verlorenen – äh ... vergessen!“ vom 30.01.2010.**

<http://www.wdr.de/tv/wissenmachtah/multimedia/index.php5>

**Sehen Sie sich die Themen „Vergessenskurve“ und „Vergessenskurve überlisten“ mehrmals an. Wenn Sie möchten, können Sie auch die deutschen Untertitel anschalten (rechts unten im Bild).**

**Machen Sie beim Sehen Notizen zu den folgenden Punkten:**

|  |
|--|
| <b>Vergessenskurve</b>                     |
| <b>Hermann Ebbinghaus fand heraus, ...</b> |
| <b>Sein Selbstversuch:</b>                 |
| <b>Regeln für erfolgreiches Lernen:</b>    |

## Lösung:

Hermann Ebbinghaus fand heraus, ...  
dass man das meiste, was man frisch gelernt hat, wieder vergisst, doch je öfter man wiederholt, desto besser kann man sich erinnern.

### Sein Selbstversuch:

Er lernte Reihen von zusammenhanglosen Silben auswendig. Er notierte, wie lange er brauchte, bis er alles im Kopf hatte. Dann wartete er 20 Minuten und wiederholte das Ganze noch einmal. Bei jeder Wiederholung merkte er, dass er weniger vergaß.

### Regeln für erfolgreiches Lernen:

- Regel 1: Wiederholen, um nicht zu vergessen.
- Regel 2: Nicht vergessen zu wiederholen.