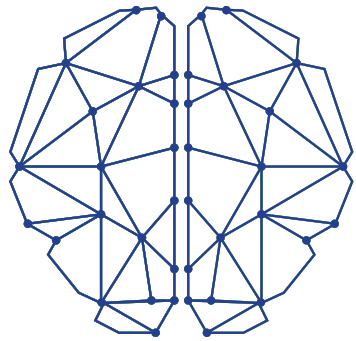




7 KONZENTRATION

SUPERSCHNELL UMDENKEN

Versuchen Sie, die jeweils abgebildete Farbe (und nicht das Wort) so schnell wie möglich zu benennen.

blau

grün

rot

lila

rosa

gelb

orange

grün

türkis

schwarz

weiß

blau

rosa

orange

rot

grau

orange

grün

gelb

rot

rot

lila

grau

grün

türkis

blau

gelb

schwarz

weiß

grau

rosa

schwarz

grün

blau

gelb

lila

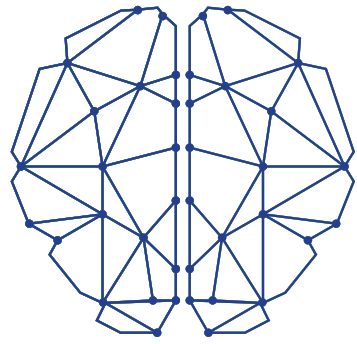
grün

blau

türkis

weiß





**MAS
GEDÄCHTNIS
PARCOURS**

7 KONZENTRATION



Fit im Kopf

Das ist gar nicht so leicht, oder? Je schneller man die Übung durchführt, desto schwieriger wird sie. Bei dieser Übung wird im Gehirn bewusst ein Konflikt zwischen automatisierten (Lesen des Wortes) und kontrollierten (Benennen der Farbe) Verarbeitungsprozessen erzeugt.

Gut trainierte, automatisierte Prozesse wie das Lesen verlaufen fast mühelos, während nicht eingeübte Handlungen eine größere mentale Anstrengung erfordern. Daher ist es einfacher, Wörter zu lesen als die zugehörige Eigenschaft der Wörter, in diesem Fall die Farbe, zu benennen.

ÜBUNG ZU TAFEL 1

Wie viele Gemeinden haben Sie in Erinnerung behalten?

Altaussee, Altmünster, Bad Goisern, Bad Ischl, Ebensee, Gosau, Grünau, Hallstatt, Obertraun, Steinbach am Attersee, Traunkirchen.