

Techniki pamięci, cz.3 – ćwiczenia.

Wykonaj poniższe ćwiczenia i baw się!

Oto cztery listy różnych przedmiotów. Zapamiętaj każdą z nich za pomocą ŁMS. Twoje obrazy powinny być niecodzienne, nonsensowne, śmieszne. Bardzo ważną rzeczą jest – abyś je zobaczył na ekranie własnej wyobraźni. Pamiętaj o 4 zasadach tworzenia obrazów:

1. przesada co do ilości
2. przesada co do wielkości
3. akcja
4. zastępowanie jednych przedmiotów drugimi.

Zapamiętuj szeregi kolejno i rób przerwy pomiędzy ich zapamiętaniem.

bęben	szpilka	pióro ptasie	samolot
szpilka	żaluzja	wąż	herbata
gumka	szklanka	pasek	mydło
klucz	biurko	filizanka	telefon
farba	samochód	okulary	stopa
żarówka	fajka	budynek	kosz na śmieci
piłka	znaczek	grzebień	pies
rama	skrzynia	nożyczki	długopis
suchar	kostka lodu	kajdanki	talerz
adapter	pizza	słoń	pierścionek
krzesło		łóżko	lampa
rekin		pączek	karty
moneta			pieczętka
niemowlę			koc
teczka			torebka papierowa
			ubranie
			widelec
			drzewo
			gazeta
			zęby

Jeśli zapamiętasz za pomocą ŁMS coś, czego przez jakiś czas nie będziesz wykorzystywał zapamiętane informacje zbledną z upływem czasu. Musisz wracać do nich raz na trzy dni, później raz na tydzień.

Taka powtórka praktycznie nie zabiera dużo czasu, to ćwiczenie myślowe, ale dzięki niemu wprowadzasz nowe informacje coraz głębiej do pamięci. W końcu zaczynasz je znać, co znaczy, że przypomnisz je sobie wtedy, kiedy zechcesz. Kiedy uporasz się z tymi zadaniami – a wiem, że ci się uda i uwierzysz we własne siły, możesz sam wymyślać takie zadania.

A potem zadziw przyjaciół i znajomych.