

Možgani dobivajo vsako sekundo neskončno informacij iz zunanjega sveta. Zaradi obilja podatkov si velikokrat ne zapomnimo stvari, za katere bi bilo bolje, če bi si jih.

Vse informacije gredo najprej v kratkoročni spomin, ki ima majhno kapaciteto. In zaradi obilja informacij, jih večino zavrže, da naredi prostor za nove. Če si želimo nekaj zapomniti obstaja veliko strategij, ki jih lahko vsakdo priredi svojemu načinu razmišljanja.

Kar je najpomembnejše za zapomnenje je, da nas to zanima.

Dobro je tudi, da vemo, da si želimo zapomniti. Se pravi, z mislimi biti poleg.

Velikokrat pomaga, če povežemo novo informacijo z nečim, kar poznamo (Marija – ima modre oči, kot spominčica – je prijateljica Andreje – ima sivega mačka – pogrkuje, ko govori – je prinesla tiste slastne kolačke).

Celo taki simpatici opomniki, kot je vozec na robcu, delujejo. Ker smo si dali toliko opravka s tem, se bomo spomnili, zakaj smo si dali toliko dela.

Pomembno je, da se sami odločite, da boste urili spomin. Nič od tega Vam ni TREBA delati! To je

Vaša lastna odločitev. Če se boste raziskovanja in razvijanja vaših možganskih poti lotili z dobro voljo in ne iz občutka dolžnosti, rezultati ne bodo izostali.

Srečno in veliko veselja in zabave!