

# FOCUS



## Helle Köpfe – mehr IQ!

Wie jeder  
intelligenter  
werden kann

€ 4,00 - Luxemburg € 4,00 - Frankreich € 4,70 - Italien € 4,70 - Portugal (Conti) € 4,70 - Spanien € 4,70  
DKK 38 - Norwegen NOK 52 - Japan JPY 1550 (exclusive tax) - Slowenien € 4,70 - Ungarn HUF 1300

## Klug trainieren

Einfach, schnell und effektiv: So lauten die Versprechen vieler Ratgeber zur Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit. **Was aber ist wissenschaftlich haltbar?** FOCUS hat analysiert, was Menschen wirklich weiterbringt – von IQ-Trainern über Ernährungstipps bis hin zur beruflichen Fortbildung

### 2. Gebrauchsanweisung für **das Gedächtnis**

**„100 VOKABELN PRO STUNDE“** verspricht das neue Buch des Gedächtnistrainers Oliver Geisselhart. Seine Methode besitzt

tatsächlich eine anerkannte Basis. Denn Geisselhart stützt sich auf die Mnemotechnik, vereinfacht auch „Eselsbrücke“

genannt. Mit seinem Buch nun schrieb er eine Art Lexikon der Assoziationen. Ein Vorschlag daraus: Wer sich das

englische Wort für Brücke merken will, soll sich eine Pritsche über einem Flussbett vorstellen – Bridge.

