

Tipp:

Falls Sie sich nur an wenige Gegenstände erinnern konnten, gehen Sie die Übung noch einmal durch und stellen Sie sich die Gegenstände bildlich vor. Verknüpfen Sie dann die Gegenstände mittels einer Geschichte. Stellen Sie sich beispielsweise vor, Sie setzen die Taucherbrille auf. Dann befestigen Sie den Schnorchel an Ihrem Gürtel und kämmen sich mit der rechten Hand, während Sie sich mit der linken Hand mit Sonnencreme einreiben, usw.