

DENIS BUKIN

SPY SCHOOL

Sind Sie clever genug, ein KGB-Agent zu sein?



GOLDMANN

Lesen erleben

Haben Sie das Zeug zum Topspion?
Finden Sie es heraus mit dem Nummer-1-Bestseller aus Russland!

Auf den folgenden Seiten werden wir Ihnen anhand einer Reihe von Übungen beibringen, wie Sie Ihr Erinnerungsvermögen verbessern und Ihre Gedächtnisleistung fördern können. Diese Übungen wurden im Laufe der Jahre entwickelt, um die Spitze der russischen Geheimagenten auszubilden. Wahre Spionage – nicht die filmreife Version, die uns in zahlreichen James-Bond-Streifen präsentiert wird – dreht sich im Grunde ausschließlich um das Jonglieren mit Informationen.

Lernen Sie mit SPY SCHOOL endlich das volle Potenzial
Ihres Gehirns zu nutzen!

Denis Bukin & Kamil' Guliev

SPY SCHOOL

Sind Sie clever genug,
ein KGB-Agent zu sein?

Aus dem Englischen
von Cornelia Stoll

GOLDMANN

Die russische Originalausgabe erschien 2014
bei OOO Alpina Publisher;
die englische Übersetzung wurde 2017 bei Boxtree,
einem Imprint von Pan Macmillan
(Macmillan Publishers International Limited, London), veröffentlicht.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,
da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf
deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

1. Auflage

Deutsche Erstveröffentlichung Dezember 2018

Copyright © 2018 by Wilhelm Goldmann Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH,

Neumarkter Str. 28, 81673 München

Umschlaggestaltung: UNO Werbeagentur, München,

unter Verwendung des englischen Originalmotivs (© Marcia Mihotich)

Copyright der Originalausgabe © Denis Bukin und Kamil' Guliev

Published by agreement with Kontext Agency, Schweden.

Lektorat: René Stein

DF · Herstellung: kw

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Einband: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN: 978-3-442-15969-7

www.goldmann-verlag.de

Besuchen Sie den Goldmann Verlag im Netz:



6 **EINLEITUNG**

34 **1 DER VERDECKTE ERMITTLER** (V-Mann)

58 **2 DER FÜHRUNGSOFFIZIER**

108 **3 FREIE GEHEIMDIENSTMITARBEITER**

145 **4 DER SPION**

188 **5 DER GEHEIMDIENSTOFFIZIER**

219 **6 DER ANALYST**

248 **7 DER DOPPELAGENT**

267 **ANTWORTEN – TESTEN SIE SICH**

269 **DANKSAGUNG FÜR DIE RUSSISCHE AUSGABE**

EINLEITUNG

Gratuliere. Wenn Sie dieses Dokument lesen, dann sind Sie in die Agentenschule aufgenommen worden.

Die meisten denken bei dem Wort Agent an technische Spielereien wie Laser-Kugelschreiber und explodierende Zigarettenanzünder. Doch die allerwichtigste Ausrüstung eines jeden Agenten ist sein Gehirn. Ein gutes Gedächtnis ist die Grundvoraussetzung für einen Agenten. Da absolute Geheimhaltung unerlässlich ist, dürfen Informationen oft nicht aufgezeichnet werden. Also müssen sich Agenten auf ihr Gehirn verlassen, wenn sie unglaubliche Mengen an Information mit absoluter Präzision speichern und wiedergeben wollen.

Auf den nächsten Seiten werden wir Ihnen zeigen, wie Sie Ihr Gedächtnis trainieren und Ihren Geist schärfen können. Zu diesem Zweck haben wir Übungen ausgewählt, die über viele Jahre hinweg für die Schulung russischer Topagenten entwickelt wurden.*

Echte Geheimdiensttätigkeit hat – anders als im Kino – mit dem Sammeln von Informationen zu tun. Die Aufgabe eines Geheimagenten besteht darin, aus vielen kleinen Puzzleteilen das ganze Bild zu rekonstruieren – und genau das üben Sie in unserer Agentenschule. Sie werden Fähigkeiten entwickeln, die unter extremsten Umgebungsbedingungen getestet wurden, und lernen, Ihr Gehirnpotenzial voll auszuschöpfen.

* Alle Personen in diesem Buch sind frei erfunden, und Ähnlichkeiten mit realen Personen sind rein zufällig. Dennoch haben die hier beschriebenen Geschehnisse einen wahren Hintergrund. Ein wichtiger Hinweis: Sämtliche in diesem Buch bereitgestellten Daten stammen aus öffentlich zugänglichen Quellen.

Aufbau des Buches

Das Buch ist in Kapitel unterteilt, die an die Laufbahn eines Agenten angelehnt sind. Sie werden alle Bereiche der Agentenschule durchlaufen, vom Junioragenten bis hin zum Doppelagenten, von sehr einfachen bis hin zu äußerst gefährlichen und komplexen Aufgaben.

Sie werden die Geschichte einer Spionageabwehroperation miterleben, die – über das ganze Buch verteilt – durch eine Reihe von Dokumenten und den Tagebucheintragungen ihrer Hauptfigur erzählt wird. Sie werden immer wieder zu Einzelheiten der Operation befragt werden, sollten sich also während des Lesens so viel wie möglich merken.

Jeder Bereich enthält Informationen über Gedächtnisbildungsverfahren sowie praktische Übungen. Die anfänglichen Übungen mögen einfach erscheinen, im Verlauf der Geschichte werden sie aber immer schwieriger. Lernen Sie auch die Techniken und Methoden, die Sie zur Lösung der Anfängeraufgaben brauchen, auch wenn Sie sie ohne die beschriebenen Techniken bewältigen könnten. Denken Sie daran, dass die Aufgaben ständig schwieriger werden. Wenn Sie schon zu Beginn kürzere Lösungswege wählen, werden Sie später langsamer vorankommen.

Das Buch enthält zwei Arten von Übungen. Die eine ist interaktiv. Diese wenden Sie am besten gleich beim Lesen an und wiederholen sie mehrmals, damit Sie sie sich gut einprägen. Dokumentieren Sie Ihre Fortschritte in dem Abschnitt »Notizen« am Ende der jeweiligen Seite.

Wenn Sie eine Übung nicht vollständig schaffen, schauen Sie sich noch einmal die Techniken an, die der Übung zugrunde liegen. Lesen Sie sich alles noch einmal durch und wiederholen dann mehrmals die einfachere Version der Übung. Für die zweite Art von Übungen müssen Sie das Buch gar nicht vor sich liegen haben. Sie können sie in allen möglichen Situationen durchführen: im Urlaub, in der Schlange an der Supermarktkasse oder auf dem Weg zur Arbeit ...

Es macht gar nichts, wenn Sie eine Übung nicht gleich beim ersten Mal schaffen: Sie lernen am meisten, wenn Sie bis an Ihre Grenzen gehen. Unser Gehirn ist wie ein Muskel, und die meisten von uns haben sich daran gewöhnt, nur einen sehr kleinen Teil davon zu gebrauchen. Durch ständiges Trainieren wird Ihr Gehirn aufgebaut. Bleiben Sie dran, dann werden Sie und andere garantiert merken, welche Fortschritte Sie machen.

Neben den Techniken, Anweisungen, Übungen und Aufgaben enthält das Buch auch allgemeine Informationen über Aufmerksamkeit, Vorstellungskraft und Gedächtnis des Menschen und Hinweise, wie man diese Fähigkeiten einsetzt.

SCHLÄGEREI VOR DEN WAHLEN

Auf einer Wahlveranstaltung des Peronisten Garcia Pughese am 10. Dezember 1954 in Buenos Aires kam es zu mehreren ungewöhnlichen Zwischenfällen. Die Veranstaltung begann mit der üblichen Vorstellungsrede des Kandidaten, endete jedoch in einer Massenschlägerei. Pugheses Aufruf, die Konfrontation mit den Sozialisten zu suchen, wurde allzu wörtlich genommen. Die schätzungsweise dreihundert Teilnehmer strömten aus dem Kino, in dem die Wahlveranstaltung stattfand, skandierten politische Parolen und machten sich zum Wahlbüro der Sozialisten auf. Ein aggressiver Pöbel, mit Gartengeräten, Steinen und Stöcken bewaffnet, zerschmetterte Fensterscheiben und Möbel und prügelte auf die Menschen ein. Mehrere Parteienvertreter wurden krankenhaushausreif geschlagen, unter ihnen der sozialistische Kandidat Gabriel Acristo.

Bis auf die kurzfristige Festsetzung einiger Personen griff die Polizei nicht weiter ein. Bemerkenswert ist, dass die Festgenommenen jegliche Beteiligung an der Schlägerei leugneten, aber keinen Grund nennen konnten, warum sie verhaftet worden waren. Sie behaupteten, aus reiner Neugier zu der Veranstaltung gegangen zu sein. Die Schlägerei hatte den Charakter einer Massenpsychose. Sie fing unerwartet an und endete ebenso plötzlich. Beobachter schätzen die Wahlchancen der Peronisten als hoch ein. Die Unterstützung ist nach wie vor groß, trotz jüngster Gerüchte, dass der Wahlkampf von deutschen Beratern unterstützt wird, die dem faschistischen Regime in Deutschland dienten und nach dem Untergang des Dritten Reichs im Frühjahr 1945 nach Argentinien geflüchtet sind.

12. Dezember 1954

Das Jahr geht zur Neige. Ich möchte einen Blick zurückwerfen und sehen, was es für mich gebracht hat. Abgesehen vom Spanischlernen war es eigentlich ziemlich langweilig. Ich habe nur deshalb mit Spanisch angefangen, weil ich mich gelangweilt habe - so hatte ich wenigstens eine Beschäftigung. Ich habe genug von der Psychologie an der Universität. Die Arbeit im Dekanat ist langweilig. In meinem Privatleben hat sich nichts geändert.

Wäre ich nur in die Graduiertenschule gekommen. Vielleicht probiere ich es im nächsten Jahr noch einmal?

GEHEIM

15. Dezember 1954

Direktor der Zweiten Abteilung
UdSSR KGB

In Übereinstimmung mit der am 1. Dezember 1954 erlassenen KGB-Verordnung »Über die Ersetzung betrieblicher Einsatzkräfte ohne erforderliche Ausbildung und Auftrag« und mit dem Ziel, die unter der akademischen und künstlerischen Intelligenzia verdeckt arbeitende Einheit zu stärken, wurden Vorbereitungen getroffen, neue Agenten aus dem Personalbestand der Staatlichen Universität Moskau (MSU) zu rekrutieren. Ich ersuche um die Erlaubnis, die folgenden Personen zu rekrutieren:

1. Jewgeni Petrowitsch Iwanow, geb. 1931
2. Jelena Wassiljewna Iljina, geb. 1929
3. Andrej Nikolajewitsch Simonow, geb. 1930

Einsatzprofile der oben genannten Personen
liegen bei.

Der Stellvertretende Leiter
der Neunten Abteilung
der Zweiten Hauptverwaltung
Oberstleutnant N. W. Iljin

Moskau, 5. Dezember 1954,

OPERATIONSPROFIL

Simonow, Andrej Nikolajewitsch



Andrej Simonow wurde 1930 in Leningrad geboren.

Vater - Simonow, Nikolai Matwejewitsch, geb. 1902, Arbeiter.

Derzeit Monteur auf dem Schleppdampfer Mineur im Hafen von Leningrad. War vom Militärdienst an der Front befreit.

Mutter - Simonowa (geb. Iwanowa), Olga, geb. 1910, Arbeiterin. Derzeit Kranführerin im Hafen von Leningrad.

Schulabschluss an der Sekundarschule Nr. 120 in Leningrad im Jahr 1948. Danach Studium an der Staatlichen Universität Moskau, Abteilung für Psychologie, Philosophische Fakultät. Diplom 1953 mit Auszeichnung und der Empfehlung für die Aufnahme eines Doktorandenstudiums. Seine von Professor A. R. Lurija betreute Diplomarbeit hat den Titel »Psychophysiologische Methoden zur Wahrheitsermittlung von Aussagen im Verhör und bei Gericht«.

Das Doktorandenstudium und die Doktorarbeit wurden zugunsten weitergehender Forschungen und praktischer Erfahrungen zurückgestellt. Derzeit ist er Sekretär im Dekanat der Philosophischen Fakultät. Mitglied im Kommunistischen Jugendverband. Die Dozenten an der Universität halten ihn für einen vielversprechenden Fachmann. Seine Entscheidung, sein Doktorandenstudium nicht sofort anzutreten, wurde mit Verständnis zur Kenntnis genommen.

Für den KGB sind Simonows Kontakte zu Lehrern und Studenten der Psychologischen Abteilung der Philosophischen Fakultät von Interesse. In Zukunft wird Simonow weitere Möglichkeiten zur Informationsgewinnung entwickeln. Seine Fähigkeiten: hohe Intelligenz, gutes Gedächtnis, Gelassenheit, emotionale Stabilität. Keine sozialen Probleme. Spricht Deutsch. Aktiver Sportler. Besucht Fußballspiele.

Besondere Interessen: Psychopathologie, Hypnose und Sozialpsychologie. Unverheiratet.

Rekrutierung voraussichtlich auf ideologischer und politischer Basis.

Der Stellvertretende Leiter
der Neunten Abteilung
der Zweiten Hauptverwaltung
Oberstleutnant N. W. Iljin

Gedächtniskapazität

Die Menschen nutzen ihre Gedächtnisfähigkeit nicht vollständig. Nur sehr wenige wissen überhaupt, welche Möglichkeiten sich auf dem Gebiet bieten.

Ein paar Beispiele. Der russische Maler Nikolai Ge war nach einem einzigen Besuch in der Lage, einen Barocksaal im Schloss Monplaisir im Detail nachzumalen.

Mozart konnte ein Musikstück nach nur einmaligem Hören in eine Partitur umsetzen. Er brachte das »Miserere« von Gregorio Allegri, das bis zu diesem Zeitpunkt vom Vatikan unter Verschluss gehalten worden war, zur Veröffentlichung, nachdem er es ein einziges Mal gehört hatte. Mozart war damals 14 Jahre alt.

Winston Churchill konnte nahezu das gesamte Werk von Shakespeare auswendig und feilte mit den Texten an seinen rhetorischen Fähigkeiten.

Im Jahr 1960 spielte der ungarische Schachspieler János Flesch 52 Partien simultan, ohne auch nur eins der Spielbretter zu sehen. Am Schluss des über 13 Stunden dauernden Wettkampfs konnte sich Flesch an jeden einzelnen Zug auf allen 52 Brettern erinnern.

Aber nicht nur gefeierte Genies haben außergewöhnliche Gedächtnisfähigkeiten. In einem Experiment wurden gewöhnlichen Menschen 10000 Dias gezeigt und dann getestet, an wie viele sie sich erinnern konnten. Es stellte sich heraus, dass ihre Bilderkennungsleistung bei über 80 Prozent lag. Enthielten die für das Experiment ausgewählten Bilder ungewöhnliche Motive oder waren besonders bunt, erhöhte sich die Trefferquote auf 100 Prozent.

Daraus lernen wir:

1. Bei der Gedächtnisleistung des Menschen geht es weniger darum, sich an Informationen zu erinnern, sondern sie zum benötigten Zeitpunkt abrufen und wiedergeben zu können. Jeder Mensch hat das Potenzial zu einem großen Gedächtnis. Dies zu entwickeln erfordert die Beherrschung einer Reihe von Techniken.
2. Das menschliche Gehirn kann sich besonders gut Bilder merken. Die meisten Techniken zur Informationsspeicherung – die so genannten Mnemotechniken – basieren auf der Visualisierung abstrakter, verbaler oder numerischer Inhalte.

Testen Sie sich

In welchem Jahr wurde Andrej Nikolajewitsch Simonow geboren?

- A) 1929
- B) 1930
- C) 1932
- D) 1928

Verschiedene Gedächtnisarten

Die moderne Psychologie unterscheidet drei Gedächtnisarten: das sensorische Gedächtnis, das Kurzzeitgedächtnis und das Langzeitgedächtnis. Das sensorische Gedächtnis speichert Informationen, die unmittelbar von den Sinnen aufgenommen werden: das, was wir sehen, hören, fühlen, riechen und schmecken, nachdem der ursprüngliche Reiz vergangen ist. Das sensorische Gedächtnis ist kurz und befähigt den Einzelnen, durch Sinneswahrnehmung gewonnene Informationen höchstens eine halbe Sekunde lang zu speichern. Dennoch ist das sensorische Gedächtnis von größter Wichtigkeit, weil es alles registriert, was uns mit unserer Umgebung verbindet. Dank des sensorischen Gedächtnisses können wir eine Abfolge von kurzen, einzelnen Bildern als einen zusammenhängenden Film wahrnehmen.

Informationen, die mehr Aufmerksamkeit verdienen, wandern vom sensorischen in das Kurzzeitgedächtnis, wo es mehrere Minuten bis zu mehreren Stunden gespeichert wird. Das Kurzzeitgedächtnis gebrauchen wir zum Beispiel, wenn wir stumm eine Telefonnummer wiederholen, während wir nach Papier und Stift suchen, um sie aufzuschreiben.

Wichtige Informationen wandern vom Kurzzeit- in das Langzeitgedächtnis, wo sie über Jahre hinweg gespeichert werden können. Üblicherweise läuft dieser Prozess unbewusst ab. Das ist auch der Grund, warum wir wichtige Dinge oft vergessen und uns an Kleinigkeiten erinnern, die wir längst hätten vergessen müssen. Es gibt jedoch Methoden, mit deren Hilfe wir die gezielte Speicherung im Langzeitgedächtnis entwickeln können.

In diesem Buch lernen Sie, Ihr Kurzzeit- und Langzeitgedächtnis zu erweitern und Informationen gezielt vom Kurzzeit- ins Langzeitgedächtnis zu verschieben.

Ein erfolgreicher Spion sollte wichtige Details aus dem, was er sieht und hört, herausfiltern, die daraus gewonnenen Informationen neu interpre-

tieren und sie mit vorhandenem Wissen verknüpfen können. Mit anderen Worten: Zur Entwicklung des Gedächtnisses brauchen wir Aufmerksamkeit, um Dinge wahrzunehmen, und Vorstellungskraft, sie mit dem zu verknüpfen, was wir bereits wissen. Und genau an diesem Punkt beginnt unser Programm.

Aufmerksamkeit und Gedächtnis

Aufmerksamkeit bezeichnet die Fähigkeit, Informationen selektiv wahrzunehmen, gezielt zu sehen und zu hören und Ablenkungen auszuschalten. Ein konzentriert lesender Mensch lässt sich nicht von Nebengeräuschen ablenken. Er nimmt den Text auf und schaltet die Nebengeräusche aus. Die Konzentration ermöglicht Ihnen, sich auf jene Nuancen und Einzelheiten zu fokussieren, die Sie benötigen, um das Gelesene zu erinnern, ohne Ihr Gehirn durch unnötige Zuwendung auf Nebensächliches zu überladen.

Trainierte Aufmerksamkeit unterscheidet sich von schwacher Aufmerksamkeit darin, dass Erstere gezielt gesteuert werden kann. Sie können Ihre Aufmerksamkeit schnell und, wenn erforderlich, auf eine Sache fokussieren und sie leicht umlenken, wenn Sie etwas anderes machen.

Übung

Es ist gar nicht so einfach, wie Sie vielleicht denken mögen, sich für längere Zeit auf etwas zu konzentrieren. Wenden Sie Ihre Aufmerksamkeit auf etwas, was direkt vor Ihnen liegt, zum Beispiel eine Armbanduhr. Studieren Sie jedes Detail. Prüfen Sie jeden Bereich des Ziffernblatts, jeden Kratzer auf der Oberfläche. Haben Sie sich alles genau angesehen? Schauen Sie weiter, vielleicht haben Sie doch etwas übersehen.

Nach ein paar Minuten wird es Ihnen schwerfallen, sich weiter auf die Uhr zu konzentrieren. Sie stellen plötzlich fest, dass Sie gar nicht über die Uhr nachdenken, sondern dass Ihre Gedanken umherschweifen. Nehmen wir an, Sie haben also versucht, sich auf die Uhr zu konzentrieren. Dann haben Sie die Ziffer 11 gesehen, und Ihnen ist eingefallen, dass sie um 11 Uhr eine wichtige Besprechung haben. Sie dachten an den Kollegen, der ebenfalls zu der Besprechung erwartet wird, dann an ein Buch, das dieser Kollege Ihnen gegenüber erwähnt hat... Die Uhr haben Sie vergessen. Können Sie diesen Gedankenfluss zurückverfolgen? Überlegen Sie, wie Sie von der Uhr auf die anderen Gedanken gekommen sind. Verfolgen Sie die Assoziationskette zurück, bis Sie wieder bei der Uhr angekommen sind, die Sie immer noch anstarren. Denken Sie daran, was Sie über das Buch von dem Kollegen gedacht haben, dann an den Kollegen, dann an die Besprechung und an die Uhrzeit, wann sie beginnt - 11 Uhr. Erinnern Sie sich, dass Sie diese Zeit mit der Ziffer 11 auf dem Ziffernblatt assoziiert haben und dass das Ziffernblatt mit der Uhr verbunden ist.

Durch das Zurückverfolgen Ihrer Assoziationen trainieren Sie die Fähigkeit, ihre Aufmerksamkeit zu steuern.

Testen Sie sich

Wähler stürmten in das Wahlkampfbüro welcher politischen Bewegung?

- A) Anarchisten
- B) Kommunisten
- C) Sozialisten
- D) Peronisten

GEHEIM

Nr. 67s

Moskau, 17. Dezember 1954

Hiermit ergeht Vollmacht, Herrn Andrej Nikolajewitsch Simonow (geb. 1930) zu rekrutieren.

Der Agent soll für die Arbeit als verdeckt operierender Geheimagent geprüft werden.

Leiter der Zweiten Hauptverwaltung
KGB der UdSSR
Generalleutnant P.W. Fedotow

Gedächtnisspanne, die 7+/-2-Regel

Ein wesentliches Merkmal der Aufmerksamkeit ist, dass der durchschnittliche Mensch nur eine begrenzte Anzahl von Elementen (Wörter, Ziffern, Themen, Ideen) in seinem Arbeitsgedächtnis (siehe S. E-26) speichern kann. Diese Anzahl liegt zwischen fünf und neun.

Sie zu übertreffen ist nahezu unmöglich. Es gibt jedoch Möglichkeiten, die Beschränkung unserer Gedächtniskapazität zu umgehen. Bündeln Sie die Informationen einfach in Gruppen. Die Telefonnummer +74957894179 enthält zwölf Informationseinheiten, gruppiert man sie jedoch in +7 (495) 789 41 79, dann sind es nur noch fünf. Und diese können sogar auf vier komprimiert werden, wenn Sie wissen, dass +7 (495) die Vorwahl für die russische Hauptstadt Moskau ist.

Die Gedächtnisspanne von bis zu neun Einheiten muss zu 100 Prozent ausgenutzt werden. Mit unserem Gedächtnistrainingsprogramm werden Sie Ihre Aufmerksamkeit verbessern. Folgen Sie den Anweisungen und üben Sie regelmäßig, dann wird der Erfolg nicht lang auf sich warten lassen. In der Disziplinarordnung der sowjetischen Streitkräfte hieß es: »Der Soldat muss standhaft und mutig alle Mühen und Entbehrungen des Militärdienstes erdulden.«

Übung

Sie verbessern die Steuerungsfähigkeit Ihrer Aufmerksamkeit, wenn Sie zwei Aufgaben zur gleichen Zeit erfüllen. Lesen Sie zwei Bücher absatzweise im Wechsel. Wechseln Sie alle paar Sekunden zwischen zwei Radiosendern mit unterschiedlichen Nachrichtenensendungen (und versuchen Sie, die Informationslücken durch den Zusammenhang zu rekonstruieren). Sehen Sie zwei Fernsehprogramme parallel.

Aber übertreiben Sie es nicht! Die gleichzeitige Erledigung von mehreren Aufgaben ist eine gute Aufmerksamkeitsübung, eignet sich jedoch nicht, erfolgreich viele Aufgaben auf einmal abzuarbeiten.

★ Trainieren Sie Ihr Gedächtnis – die Schulte-Tabelle 5x5

Schulte-Tabellen beschleunigen die Entwicklung Ihrer geistigen Wahrnehmungsfähigkeit einschließlich des peripheren Sehens und der Aufmerksamkeit, der Selbstkontrolle und Konzentrationsfähigkeit. Die Tabelle auf dieser Seite besteht aus fünf Spalten und fünf Reihen. Die Zahlen von 1 bis 25 sind beliebig in die Kästchen verteilt. Sie haben die Aufgabe, die Zahlen in der richtigen Reihenfolge wahrzunehmen.

Sie dürfen Ihre Augen aber nicht von einer Zelle zur nächsten bewegen und auch nicht die Zahlen laut oder leise vor sich hinsprechen. Sie fixieren Ihren Blick auf die Tabellenmitte und suchen nur mithilfe des peripheren Sehens nach den passenden Zahlen. Am Anfang ist das nicht leicht – aber geben Sie nicht auf. Diese Fähigkeit wird Ihnen bei einer Reihe anderer Aufgaben zugutekommen, zum Beispiel bei Überwachungen oder beim Schnelllesen.

Wiederholen Sie diese Übung immer wieder. Im Lauf der Zeit werden Sie in der Lage sein, die Tabelle vor Ihrem inneren Auge zu visualisieren. Nach einiger Zeit schaffen Sie das in zwölf bis fünfzehn Sekunden oder weniger.

20	2	16	9	18
12	24	17	14	1
19	21	10	15	5
22	4	8	3	23
25	13	7	6	11

19. Dezember 1954

Langer Tag. Die Prüfungen stehen bevor. Im Dekanat spielen alle verrückt, einschließlich der Studenten und Dozenten. Auf meinem Tisch stapelt sich die Arbeit.

Heute auf dem Nachhauseweg hat der KGB versucht, mich anzuwerben. Ein Mitfahrer hat mich in ein Gespräch verwickelt, ein ganz gewöhnlicher Uni-Typ, klein, dicklich, mit einem grauen Trenchcoat.

Plötzlich spricht er mich mit Namen an und sagt: »Wollen Sie uns helfen?« Als ich mir klarmachte, wem ich da helfen sollte, habe ich mich glattweg geweigert. Aber irgendwie hat er es geschafft, mich wieder auf die Frage zurückzubringen. Er hat mich nicht beschwätzt oder bedroht und irgendwie manipuliert. Er sagt, bei dieser Arbeit könnte ich das, was ich an der Universität lerne, praktisch anwenden. »Wir brauchen gute Psychologen«, hat er gesagt. Außerdem wollen sie mich in der Gegenspionage einsetzen: Ausländische Spione zu enttarnen klingt nach sinnvoller Tätigkeit. Jedenfalls sinnvoller, als immer dieselben Experimente und Untersuchungen durchzuführen, und viel sinnvoller als der ganze Papierkram im Dekanat. Schließlich habe ich gemeint, ich wolle darüber nachdenken, und der Mann im grauen Trenchcoat hat gesagt, er wolle in Kontakt bleiben.

Als wir uns verabschiedet haben, hat er hinzugefügt, ich dürfte niemandem von unserem Gespräch erzählen. Und keine Aufzeichnungen darüber machen. In diesem Punkt habe ich mich nicht an seine Anweisungen gehalten. Wahrscheinlich habe ich wirklich etwas von einem Spion, denn in den zehn Jahren, seitdem ich Tagebuch schreibe, hat es noch nie jemand zu Gesicht gekriegt.

Tipps und Tricks für mehr Aufmerksamkeit

Jeder Mensch, der eine Tätigkeit ausübt, muss seine Aufmerksamkeit steuern können. Es gibt aber auch Methoden, die Aufmerksamkeit Dritter zu steuern. Wer die Aufmerksamkeit eines Dritten steuern kann, kann auch die Person steuern.

Wir können Aufmerksamkeit mit einem Scheinwerferlicht in der Dunkelheit vergleichen: Wir sehen nur das, was angestrahlt wird. Lenken wir unseren Gesprächspartner ab, zeigen wir ihm, worauf es uns ankommt und blenden aus, was er nicht sehen soll. Sämtliche Zaubertricks basieren auf dem Geschick, die Aufmerksamkeit des Zuschauers umzulenken. Zu diesem Zweck arbeitet der Zauberer mit irreführenden Bewegungen, bunten Bändern, Schals, Flammen und Explosionen.

Agenten, die unter den Augen externer Geheimdienste arbeiten müssen, machen es fast genauso. Ein Beispiel: Eine Geheimagentin, die von der Polizei durchsucht wurde, bat einen der Polizisten beiläufig, ein Päckchen Taschentücher zu halten. Die gründliche Durchsuchung ihrer Taschen ergab nichts Verdächtiges. Die geheimen Mikrofilme hatte sie zwischen den Taschentüchern versteckt.

Ein bewährter Trick ist auch die zeitliche Entzerrung, also die Geheimaktion über mehrere Phasen auszudehnen, die jede für sich völlig harmlos erscheinen. Sie wollen zum Beispiel unbeobachtet einen Gegenstand aufheben. Erst einmal bleiben Sie vor dem Gegenstand stehen. Dann öffnen Sie Ihre Tasche, holen Ihre Handschuhe heraus, lassen einen Handschuh fallen, bücken sich, lassen ein Taschentuch fallen, heben den Gegenstand und den Handschuh auf, gehen weiter und lassen das Taschentuch auf dem Boden liegen. Jemand, der Sie überwacht, wird nur bemerken, dass Sie etwas fallen gelassen und wieder aufgehoben haben. Die Aufmerksamkeit des Beobachters wird auf das Taschentuch gelenkt und Ihre Ungeschicklichkeit keinen Verdacht erregen. Niemand wird bemerken, wie viele Gegenstände Sie fallen gelassen oder aufgehoben haben.

Ein anderes Beispiel für zeitliche Entzerrung: die heimliche Übergabe eines Notizbuches in einem Café. Sie setzen sich an den Tisch und holen ein Notizbuch aus Ihrer Aktentasche. Sie unterhalten sich mit Ihrem Gegenüber, schreiben etwas auf, legen das Notizbuch neben sich und sprechen weiter. Dann stehen Sie auf, legen Ihre Handschuhe auf den Tisch, ziehen Ihren Mantel an, nehmen Ihre Handschuhe und gehen. Das Notizbuch liegt auf dem Tisch und Ihr Gegenüber wird es an sich nehmen, sobald er seinen Kaffee ausgetrunken hat und das Lokal verlässt.

GEHEIMHALTUNGSVEREINBARUNG
MIT STAATLICHEN SICHERHEITSORGANEN

Ich, Andrej Nikolajewitsch Simonow, erkläre aus freiem Willen mein Einverständnis, mit den staatlichen Sicherheitsorganen zusammenzuarbeiten. Ich verpflichte mich, die mir übertragenen Aufgaben nach bestem Wissen und Gewissen zu erfüllen, meine Arbeit geheim zu halten, Verschwiegenheit zu bewahren und keine Informationen preiszugeben, die irgendwie im Zusammenhang mit meiner Arbeit stehen.

A.N. Simonow
19. Dezember 1954

STRENG GEHEIM

Moskau, 20. Dezember 1954

Weisen Sie Agent A. N. Simonow (geb. 1930) den Codenamen »Simonides« zu. Er wird zum Intensivkurs für Geheimagenten zugelassen.

Stellvertretender Leiter der Neunten Abteilung
der Zweiten Hauptverwaltung
Oberstleutnant N. W. Iljin

EINLEITUNG

Das Arbeitsgedächtnis

Zusätzlich zum sensorischen Gedächtnis, dem Kurzzeit- sowie Langzeitgedächtnis gibt es auch noch das so genannte Arbeitsgedächtnis, das Daten zur unmittelbaren Weiterverarbeitung speichert. Das Arbeitsgedächtnis unterscheidet sich von den anderen hauptsächlich darin, dass sein gesamter Inhalt sofort nach Gebrauch wieder gelöscht wird.

Jüngste Studien zeigen einen engen Zusammenhang zwischen Arbeitsgedächtnis und Intelligenz. Das heißt, je mehr Daten ein Mensch im Arbeitsgedächtnis speichern kann, desto besser kann er Zusammenhänge herstellen und neues Wissen generieren, also alles Fähigkeiten, die bei einem Intelligenztest gemessen werden. Außerdem besteht ein Zusammenhang zwischen Arbeitsgedächtnis und Aufmerksamkeitskapazität. Je leistungsfähiger das Arbeitsgedächtnis ist, auf desto mehr Details kann der Mensch gleichzeitig seine Aufmerksamkeit richten.

Interessanterweise liegt die durchschnittliche Merkfähigkeit des Arbeitsgedächtnisses wieder zwischen fünf und neun. Wer sich weniger merken kann, hat größere Schwierigkeiten, seine Aufmerksamkeit und sein Verhalten zu steuern.

Testen Sie die Leistungsfähigkeit Ihres Arbeitsgedächtnisses. Dazu prägen Sie sich die unten aufgeführten Zahlen ein und schreiben sie auf. Bitte gruppieren Sie die Zahlen nicht in Zweier-, Dreier- oder ähnliche Blöcke. Merken Sie sich die Zahl 1234 also als ›einszweidreivier‹ und nicht als ›zwölf-vierunddreißig‹. Wenn Sie am Ende der Liste angekommen sind, prüfen Sie, wie viele Ziffern die letzte richtig wiedergegebene Zahl enthält. Dies entspricht der Leistungsfähigkeit Ihres Arbeitsgedächtnisses.

850	708243	8203947529
834	0972435	3982775235
4399	8931432	06016554392
9543	43249034	61085082684
82140	24349328	010178844818
38587	905298713	768582301939
932435	378072043	

★ Trainieren Sie Ihr Gedächtnis – Memory (4x3)

Nehmen Sie ein Kartenspiel. Zählen Sie eine Reihe von je sechs Karten aus zwei verschiedenen Farben ab, zum Beispiel Ass, 2, 3, 4, 5, 6 von Herz und Kreuz. Mischen Sie die Karten und legen Sie sie verdeckt in drei Viererreihen auf den Tisch.

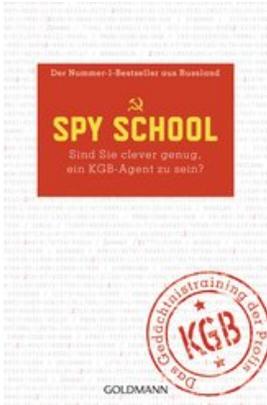
Jetzt starten Sie Ihre Stoppuhr.

Drehen Sie immer zwei Karten gleichzeitig um. Wenn zwei zueinander passen, lassen Sie sie offen liegen, wenn nicht, drehen Sie sie wieder um. Ihre Aufgabe besteht darin, so schnell wie möglich alle zueinander passenden Karten zu finden und offenzulegen.

Wenn Sie sich die verdeckt liegenden Karten merken, können Sie die Aufgabe schneller lösen. Stellen Sie sich die Zahlenkarten vor, die schon einmal umgedreht wurden, und finden Sie möglichst schnell die passende Karte.

Mit dieser Übung trainieren Sie Ihr Arbeitsgedächtnis und Ihre Aufmerksamkeit und beschleunigen den Prozess der Wahrnehmung. Wenn Sie Ihr Arbeitsgedächtnis gestärkt haben, können Sie Ihrer Intuition vertrauen und müssen schon einmal Gesehenes nicht mehr überprüfen.

UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Denis Bukin

Spy School

Sind Sie clever genug, ein KGB-Agent zu sein?
Der Nummer-1-Bestseller aus Russland. Das
Gedächtnistraining der Profis

DEUTSCHE ERSTAUSGABE

Paperback, Klappenbroschur, 272 Seiten, 13,5 x 20,6 cm
ISBN: 978-3-442-15969-7

Goldmann

Erscheinungstermin: November 2018

Denken die Leute an einen Spion, sehen sie meist einen James-Bond-Verschnitt mit falschem Schnurrbart und winzigen, in Anzugknöpfen versteckten Kameras vor sich, der an der Seite einer knapp bekleideten Assistentin durch die Weltgeschichte jettet. Die Realität sieht allerdings anders aus, denn für einen wahren Spitzenagenten ist nur eines wirklich wichtig: sein Gehirn, das jede erdenkliche Info speichern und jederzeit wieder abrufen können muss. Mit SPY SCHOOL lernen Sie das Toptraining der Geheimagenten des KGB kennen. Anhand immer anspruchsvollerer Aufgaben und Tests durchlaufen Sie eine umfassende Ausbildung vom Junior- zum Doppelagenten. Schritt für Schritt werden Sie so Ihr Erinnerungsvermögen verbessern und Ihre Gedächtnisleistung fördern, um endlich das volle Potential Ihres Gehirns ausschöpfen zu können. Haben Sie das Zeug zum Topagenten? Finden Sie es heraus!



[Der Titel im Katalog](#)