

## Månadsmöte om tankspriddhet 17 november 2019



Den 17 november var det dags för månadsmöte.

Tack vare försångare och inspelat musikackompanjemang låter vår föreningssång riktigt bra, när den inleder våra månadsmöten.



Många uppskattar möjligheten att köpa ett glas vin till självkostnadspris.

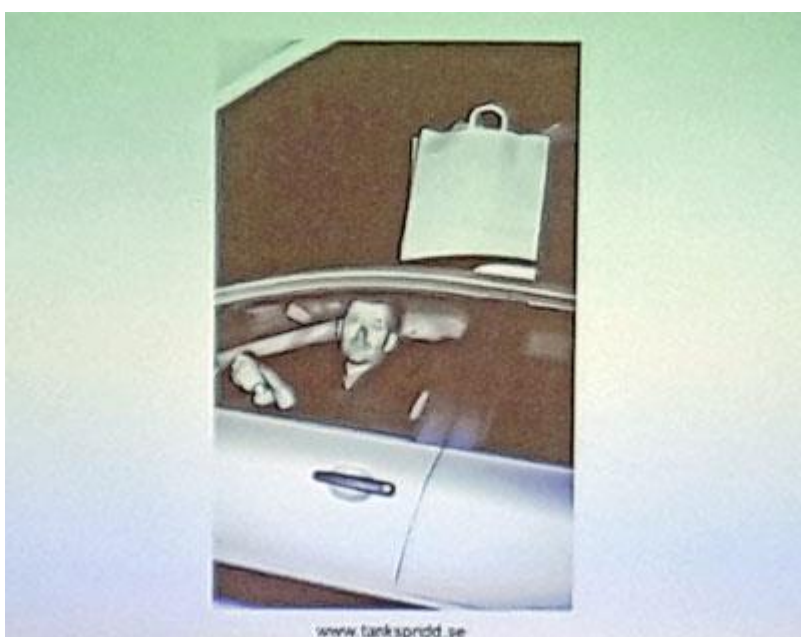


Ordförande Lars-Åke hälsade välkomna och gav lite aktuell information som brukligt.



Lars-Åke välkomnade dagens föreläsare, **Johan Rapp**, ordförande i "De tankspriddas förening", som förstås skulle prata om tankspriddhet.

Johan presenterade sig själv som en person som aldrig hade passat in i det förväntade mönstret. Han är uppväxt i en familj med militära anor (tidigare ÖB Torsten Rapp var hans farbror), där hans disträa uppenbarelse krockade med familjetraditionerna.



På det glada 1980-talet fann han sig väl tillrätta i ett gäng tankspridda studenter i Lund, som startade "De Tankspriddas Riksförbund".

Han fann långt senare ett sammanhang, när han efter 20 års glömska(!) återupplivade den förening, som han en gång hade varit med och startat.

Johan inledde sitt föredrag med en bild som kan kännas bekant för många: Vem har inte lagt upp något på biltaket och sen glömt det...?

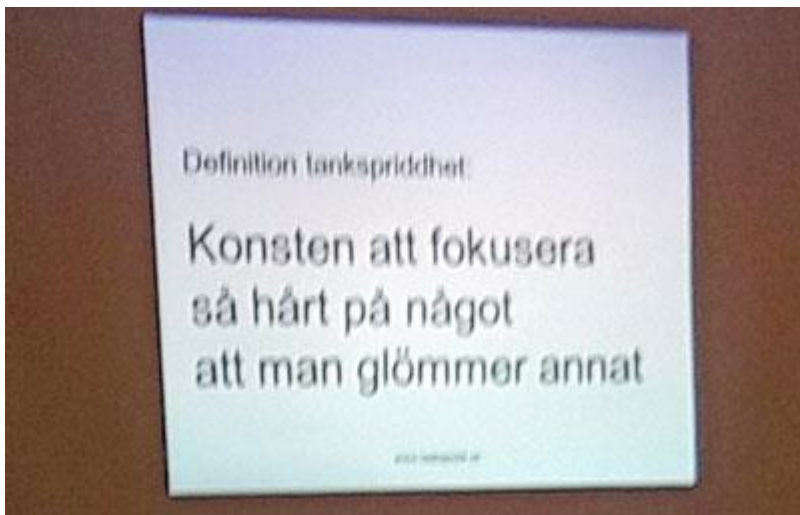


Den välfyllda salen följde med intresse Johans många anekdoter om tankspriddhet och de lustiga situationer den kan resultera i.

Han berättade t.ex. om damen som skulle besiktiga bilen men som på bussen dit kom på att hon hade glömt bilen hemma...

Många fler anekdoter blev det och ännu fler kan du hitta för föreningen hemsida:

[www.tankspridd.se](http://www.tankspridd.se)



Johans tes är att tankspriddhet beror på fokusering och inte slarv eller annat negativt.

Det kan ju kännas trösterikt för dem av oss som känner igen sig i många av de situationer som Johan målade upp.

Han menar att det är positivt att glömma irrelevanta detaljer, eftersom det gör det enklare för oss att fokusera på det som är väsentligt.



Disträa personer är ofta väldigt kreativa.

Urtypen för en disträ professor är väl Albert Einstein, och han var ju knappast dum...



Johan lockade fram en "frivillig" ur publiken för ett litet experiment.

Det gällde att sticka in handen i en låda och tala om vad det verkade vara där.

De äcklade skrik han hade förväntat sig uteblev emellertid, eftersom Ulla som gammal "labbas" var van vid det mesta.

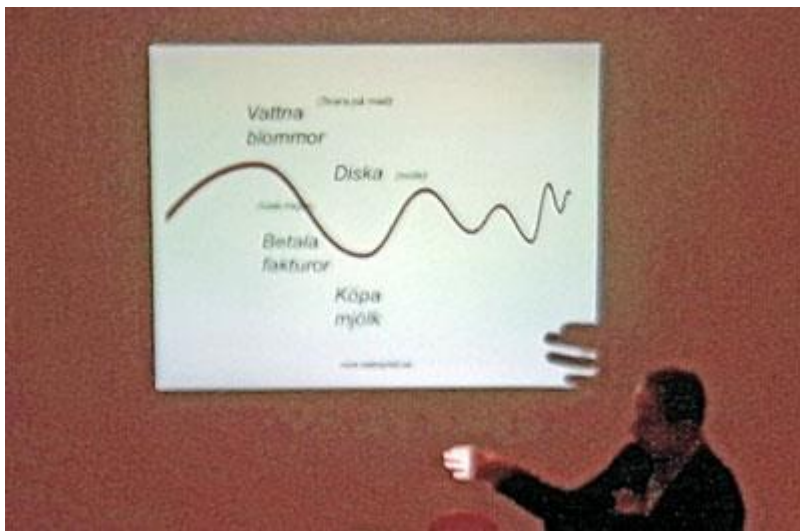
Hon kunde identifiera den geléiga "hjärna" som fanns i lådan utan skrik.



e

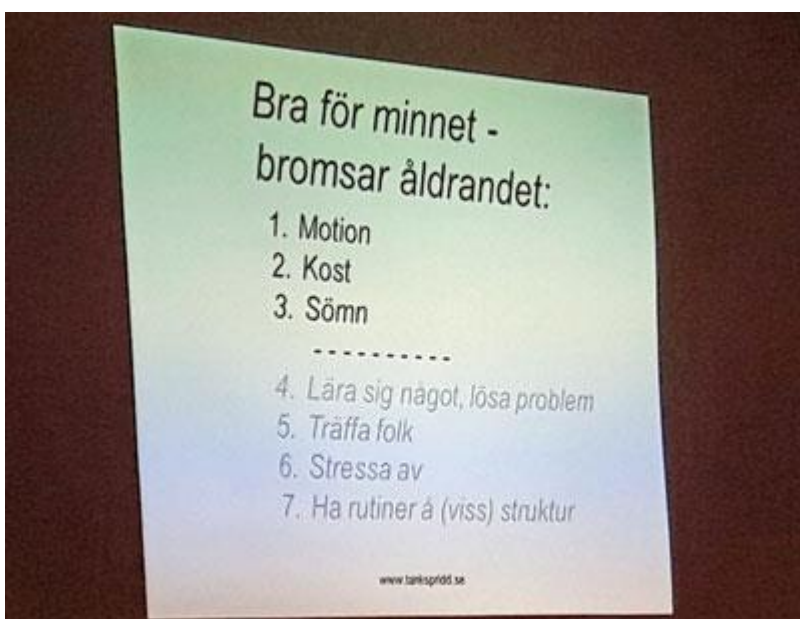


Johan berättade sen om hjärnans uppbyggnad och var de olika typerna av minnen sitter.



Johan beskrev en situation som många av oss känner igen: Man ska göra en sak (vattna blommor) men blir distraherad av att man får syn på något (en obetald faktura, några odiskade tallrikar o.s.v.) och gör allt möjligt annat i stället för det som var tänkt...

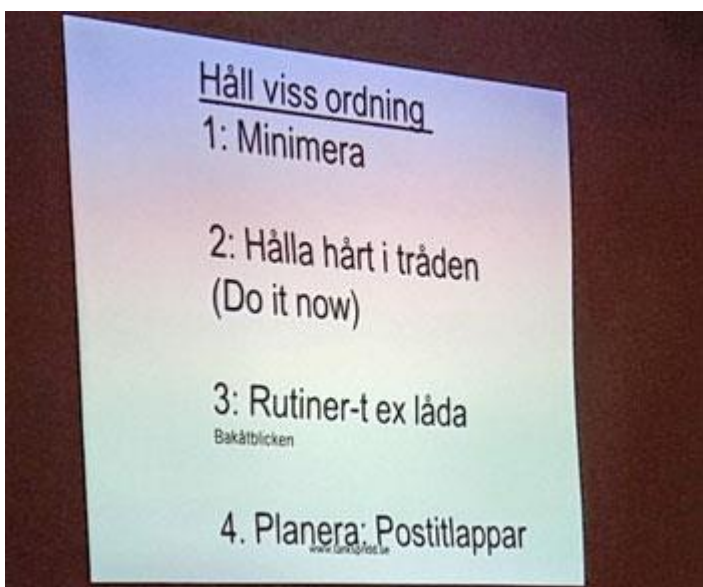
Många experiment har gjort på hjärnor för att försöka komma på hur de fungerar.



Man har konstaterat några saker som är viktiga för att minnet ska fungera optimalt:

Motion, kosten och sömnen är de tre viktigaste.

Han lät oss genast pröva lite motion...



Johan gav oss också några konkreta råd som kan hjälpa oss att fungera bättre trots att vi är disträa.

Det var en givande - och framför allt roande - föreläsning med många igenkänningsfaktorer han bjöd på.

Han avtackades med varma applåder och en blombukett.

