

HELMSTEDTER SONNTAG

22.02.2015 | Katja Weber-Diedrich | HELMSTEDTER SONNTAG

„Das GaBö blickt weiter“ Gedächtnistraining für alle im Theater

von Katja Weber-Diedrich

Helmstedt. Im Supermarkt stehend wird klar, der Einkaufszettel ist mal wieder zuhause liegen geblieben. Was stand da doch noch gleich drauf? Jeder kennt diese Situation. Und den meisten fällt in diesem Moment einfach nicht ein, was sie kaufen sollen.

In solchen Momenten zahlt es sich aus, wenn das Gehirn so trainiert wurde, dass die Gänge ohne viel Grübeln abgegangen werden können und Eier, Brot und Butter wie selbstverständlich im Einkaufswagen landen - ganz ohne Merktzettel.

Wie so etwas geht, das weiß Gregor Staub. Der renommierte Gedächtnistrainer wird seine Weisheiten am Mittwoch, 11. März, auf Initiative des Gymnasiums am Bötschenberg (GaBö) um 19 Uhr im Helmstedter Brunnentheater preisgeben. Dieser Infotainment-Abend der besonderen Art gehört zur Reihe „Das GaBö blickt weiter“ und ist öffentlich. Alle Interessierten können sich Karten im Vorverkauf online unter www.ga-boe.de sichern.

Der 60-jährige Gregor Staub hatte dabei selbst einst Schwierigkeiten, sich Dinge zu merken. Zunächst habe er dies als „naturegeben“ hingenommen, sagt er. Und weiter: „Als ich dann eines Tages am

Flughafen stundenlang nach meinem Auto suchte - ich war mit dem Zug angereist - wurde es mir aber doch zu bunt. Und so machte ich mich auf die Suche nach einer Lösung...“

Bei dieser Suche entdeckte er, dass das Lernen keine reine Begabung ist und es regelrechte Techniken des Memorierens gibt - und dies teilweise schon seit der Antike, wie die griechische Memno-Technik beweist.

Der Betriebsökonom probierte selbst etliche Praktiken und Hilfsmittel aus, testete diese dann auch an mehreren tausend Studenten an

der Universität Zürich. Am Ende monatelanger Arbeit „lernte ich, mein Wissen nicht nur selbst anzuwenden, sondern es auch anderen effizient und mit Spaß zu vermitteln“, berichtet Gregor Staub. Auf diese Weise entwickelte er ein umfassendes Trainingsprogramm, dem er den Namen „mega memory“ gab.

Staub's Fazit über 20 Jahre später ist folgendes: „Heute nach über 3.500 Seminaren und Vorträgen mit rund 1,5 Millionen Teilnehmern, nach über 1.100 Presseartikeln, etwa 100 Fernsehauftritten und mehr als 250 Radiointerviews

schau ich durchaus verblüfft auf das, was sich aus einer ganz praktischen Aufgabenstellung entwickelt hat. Und stelle fest: Ich habe noch immer den allergrößten Spaß am Vermitteln dieser außergewöhnlichen Lerntechnik.“

Im „mega memory“ stellt Staub die Themen Namens- und Zahlen-gedächtnis, Freie Rede, Motivation durch lustvolles Lernen, große Schul-Stoffmengen und Lernklippen bewältigen, Gelerntes im Langzeitgedächtnis speichern, stressfreies und gemeinsames Lernen, Kindern beim Lernen helfen, Schülern Lerntechniken vermitteln sowie vedische Mathematik (Kopfrechnen) in den Fokus.

Wie Gregor Staub dies alles mit Spaß und Leidenschaft vermittelt, das können die Zuhörer im Brunnentheater erleben. Für diesen besonderen Abend verlost der HELMSTEDTER SONNTAG dreimal zwei Freikarten. Wer an der Verlosung teilnehmen möchte, schickt bis zum 2. März eine E-Mail (gewinnspiel@helmstedter-sonntag.de) oder Postkarte (Helmstedter Sonntag, Holzberg 31, 38350 Helmstedt) mit dem Kennwort „Gedächtnistraining“ und vergisst seinen Absender nebst Telefonnummer nicht.

Die Freikartengewinner werden am 3. März telefonisch benachrichtigt.



Gregor Staub vermittelt am 11. März im Helmstedter Brunnentheater seine Gedächtnistrainingsmethode „mega memory“. *Foto: privat*