

Gedächtnistrainer gibt Lerntipps in Haselünne

27.09.2015 | Neue Osnabrücker Zeitung

Interview mit Gregor Staub



Der Gedächtnistrainer Gregor Staub kommt nach Haselünne. PR-Foto: Ronny Buck

Haselünne. Drei Vorträge hält der Schweizer Gedächtnisprofi Gregor Staub am Montag, 28. September, im Kreisgymnasium St. Ursula in Haselünne. Nützliche Tipps, wie man sich Lernstoff besser merken kann, vermittelt er zunächst Schülern, nachmittags Lehrern und Referendaren und abends der breiten Öffentlichkeit.

Heute hat man abrufbares Wissen im Smartphone immer parat. Warum sollte ich mir da noch die Mühe machen, alles auswendig zu lernen?

Wenn man etwas im Internet liest, dann bleibt das nicht haften. Das Gehirn kann nur lernen, wenn es zuordnen kann und nicht, wenn es permanent nur extern Daten abrufen kann. Es gibt tatsächlich Situationen, in denen es keinen Sinn macht, etwas auswendig zu lernen und es völlig reicht, wenn ich nachgucken kann. Zum Beispiel stehe ich in einem Museum und ich will wissen, wer das Bild gemalt hat. Dann kann ich das eintippen und bekomme den Maler und die Epoche und so weiter. Jetzt muss ich in dem Moment entscheiden: Will ich mir das merken? Und wenn ich mich dazu entscheide, muss ich eine Technik haben, damit das funktioniert.

Ihre Lernphilosophie ist die antike, griechische Mnemo-Technik. Wie muss man sich die vorstellen?

Im Prinzip bringe ich den Leuten bei, wie man im Kopf schreibt. Ich kann aber nicht erwarten, dass sie das nach zwei Stunden schon können, sondern ich muss sie die nächsten paar Wochen begleiten und dafür habe ich Lehrmittel entwickelt.

Sie halten separate Vorträge für Schüler und Lehrer. Was erwartet das Publikum bei Ihren Vorträgen?

Die Vorträge sind relativ ähnlich. Es ist eher ein Workshop. Ich frage die Schüler, wie viele Englisch-Wörter könnt ihr pro Nachmittag lernen? Dann sagen sie vielleicht 20. Dann machen wir den Test und ich sage: „Wir lernen jetzt in 15 Minuten über 20 Wörter in einer völlig fremden Sprache. Thailändisch. Glaubt ihr, wir kriegen das hin?“ Und dann sagen die: „Nö, vergiss es“. Und nach acht Minuten können sie 30 thailändische Wörter! Das begeistert sie dann auch. Sie merken, wow, ich bin ja gut.

Und bei den Lehrern geht es dann darum, wie sie effektiv Lernstoff vermitteln?

Die Lehrer bringen den Schülern bei, was wichtig an dem Stoff war, den sie im Unterricht gehört haben. Dafür lernen sie 20 Schlüsselwörter so im Kopf der Schüler zu platzieren, dass sie das eine Woche später abrufen können. Dann ist dieser Schulstoff präsent und wenn etwas ähnliches kommt, das dazugehört, kann ihr Gehirn das verknüpfen.

Wie gehen Sie damit um, wenn Ihnen persönlich etwas nicht einfällt? Wenn Ihnen ein Name entfällt...

Ja, oder meine Brille, die ich irgendwo liegenlasse, ja das passiert.

Wie reagieren sie dann?

Dann sage ich mir, soll ich es das nächste Mal besser machen, indem ich mir vorstelle, während ich die Brille ablege, wo sie liegt, oder mache ich es halt nochmal falsch? Ich ärgere mich nicht. Das ist wie Schreiben, wenn ich nichts aufgeschrieben habe, kann ich auch nichts lesen. Genauso ist es beim Lernen, wenn ich es nicht bewusst gelernt habe, kann ich es wahrscheinlich auch nicht abrufen. Das ist ein ganz wichtiger Faktor beim Lernen: immer gelassen sein! Wenn Sie etwas lernen und Sie machen einen Fehler, geben sie sich noch eine Chance. Und beim fünften Mal werden sie merken, dass sie keinen Fehler mehr machen. Und dann wissen Sie für die Zukunft, ich muss es nur fünfmal wiederholen, dann bin ich perfekt, somit muss ich mich nie mehr ärgern.