

Mit Spaß die grauen Zellen trainiert

17.09.2018 | Mons-Tabor-Gymnasium

Gedächtnistraining mit Gregor Staub



Gedächtnistrainer Gregor Staub war bestens aufgelegt und entlockte seinem Publikum überraschte Regungen.
Foto: Privat

Montabaur. „Ein Mann hält eine Tomate in der Hand, aus der eine Erikablume wächst, die dann vom Nikolaus herausgezogen wird...“ Ratlose Blicke, verwunderte Gesten im Publikum. Aber beharrlich ließ der bekannte Schweizer Gedächtnistrainer Gregor Staub die Zuhörer alle Elemente wiederholen und sich gegenseitig erzählen, bis sie sie auswendig konnten. Am Ende klärte er sie auf, dass sie gerade die Namen aller Kinder von Thomas Mann in der Reihenfolge ihrer Geburt gelernt hatten.

Mit dieser und weiteren vermeintlich haarsträubenden Geschichten zeigte Staub, wieviel Wissen man sich merken kann, wenn man nur die nötigen Techniken beherrscht.

Um sich Zahlen zu merken, legt man diese auf Bildern ab. Die 1 ist ein Baum, die 2 eine Lampe, die 3 ein Hocker, und so fort. Werden diese Bilder in eine Geschichte eingebaut, so fährt auf einmal die Katze (9) mit dem Auto (4) zur Achterbahn (8), sieben Zwerge (7) lesen aus der Bibel (10) – im Handumdrehen kann man sich lange Zahlenreihen lernen.

Das Publikum reagierte während der gut zweistündigen Veranstaltung in der Aula des Mons-Tabor-Gymnasiums abwechselnd ungläubig, verblüfft und begeistert, zum großen Vergnügen des blendend aufgelegten Gedächtnistrainers. Dieser würzte seinen Vortrag mit Anekdoten aus seinem privaten Umfeld und dem ein oder anderen politischen Seitenhieb zu Politik und Bildungswesen.

Anschaulich erläuterte er, wie unser Hirn arbeitet und womit es überfordert ist. Großes Gelächter, als das Publikum zunächst mit dem rechten Fuß im Uhrzeigersinn Kreise beschreiben und dann mit der rechten Hand Sechsen in die Luft schreiben sollte, was grandios scheiterte.

Natürlich wurden alle Merktechniken vor Ort ausprobiert. So konnten am Ende fast alle Zuhörer zehn amerikanische Präsidenten in der richtigen Reihenfolge vorwärts und rückwärts aufsagen. Auch auf thailändisch zählen war kein Problem – nicht nur von eins bis 10, sondern auch die besonders toll klingende 5555 war Teil der Übung. Die gleiche Technik kann man auch für alltägliche Dinge einsetzen, zum Beispiel, um seinen Einkaufszettel im Kopf zu haben. Die gemeinschaftliche Vorstellung von Gummibärchen im Bauchnabel und Feigen auf den Knien verdeutlichte das „wie“ und war höchst unterhaltsam. Besonders überzeugend: Die Technik kann sofort eingesetzt werden.

Was Staub antreibt: eine Vision! Er möchte, dass alle Schulkinder mithilfe dieser Techniken motiviert und mit Freude lernen und nicht beim Gedanken an das tägliche Vokabelpensum mit den Augen rollen und am Einmaleins verzweifeln. Aber auch für Erwachsene ist das Programm höchst interessant und soll dem Erhalt der geistigen Fitness bis ins hohe Alter dienen.

Am Morgen hatte Staub schon mit den Schülern des Mons-Tabor-Gymnasiums gearbeitet und am Nachmittag mit ihren Lehrern, um ihnen Rüstzeug zum „Lernen lernen“ an die Hand zu geben.

Dabei betonte er immer wieder, dass der Erfolg sich auch mit seinen Techniken nicht von allein einstellt. Nur mit regelmäßigem Üben ist ein langfristiges Merken dieses Wissens möglich.

Die Zuhörer in der voll besetzten Aula waren jedoch schon begeistert von dem, was sie in der kurzen Zeit im Gedächtnis behalten konnten. Großer Applaus war daher die Antwort auf Staubs letzte Frage: „Wer sagt, es war ein toller Abend?“ Pressemitteilung

Mons-Tabor-Gymnasium

Datum: 17.09.2018
Titel: Mit Spaß die grauen Zellen trainiert
Quelle: Blick aktuell

<https://www.blick-aktuell.de/Berichte/Mit-Spassdie-grauen-Zellen-trainiert-348632.html>