



25.01.2012

« Vorige | Nächste »

Gedächtnistrainer rät zu Eselsbrücken für die grauen Zellen

Der Schweizer Gregor Staub (57) gibt Tipps, um die Leistungsfähigkeit zu steigern - Vortrag im Kurhaus in Scheidegg



Der Mann hätte in den 70er Jahren bei Rudi Carrells Kultsendung "Am laufenden Band" wohl so richtig abgesahnt. Für Gregor Staub ist es nämlich einerlei, sich auf einem Fließband vorbeiziehende Gegenstände oder aber komplexe Zahlen, Rechenoperationen, Namen und Sachverhalte zu merken.

Der weltweit anerkannte Gedächtnistrainer aus der Schweiz zeigte am Montagabend im Scheidegger Kurhaus ein unterhaltsam präsentiertes und mit vielen Tipps und Tricks gespicktes Potpourri der Leistungsfähigkeit seines Gedächtnisses.

Da die Veranstaltung im Rahmen des 100-jährigen Jubiläums der Scheidegger Volksschule stattfand, ließ es sich der 57-Jährige nicht nehmen, zuvor bereits am Vormittag die Schüler der 3. und 4. Jahrgangsstufen und am Nachmittag rund 60 Lehrkräfte aus den Schulamtsbezirken Lindau, Oberallgäu und Kempten mit seiner Lernmethodik bekannt zu machen.

"Ich bin mit 16 aus der Schule geflogen, weil ich einfach nicht lernen konnte. Das ist wohl die beste Voraussetzung für meinen heutigen Job", witzelte der mittlerweile mit einem Abschluss als Betriebsökonom ausgestattete Schweizer und macht den etwas mehr als 300 Besuchern deutlich, dass jeder einzelne dieselbe Gedächtnisleistung wie er selbst erlangen könne, wenn nur intensiv geübt werde. "Mein Gedächtnis war grottenschlecht.

Zehn Namen gehört und elf vergessen - das war ich", erinnert sich Staub an seine eigenen Anfänge, dem Erinnerungsvermögen endlich auf die Sprünge helfen zu müssen.

Egal, ob Namen, Zahlen, Spickzettel oder Fremdsprachen - mit nur ganz wenig Schlüsselbegriffen und Eselsbrücken brachte Gregor Staub sein Publikum im Kurhaus unter anderem dazu, innerhalb von jeweils knapp zwei Minuten alle US-amerikanischen Präsidenten zwischen 1953 und 2009 auswendig zu wissen, zehn thailändische Wörter gelernt oder komplizierte Rechenoperationen durch Kopfrechnen gemeistert zu haben.

"Setzen Sie sich Ziele auf hohem Niveau, aber lassen Sie noch Luft nach oben", so sein Rat, der darauf abzielt, sich selbst zu fordern: "Der Lernstoff darf nicht langweilen, aber auch nicht zu schwierig sein. Es gilt die Bandbreite zwischen Unter- und Überforderung zu treffen. Innerhalb dieses 'Flow' sind die besten Lernergebnisse zu erzielen."

Titel: Gedächtnistrainer rät zu Eselsbrücken für die grauen Zellen

Datum: 30.01.2012

Quelle: Der Westallgäuer – Allgäuer Zeitung

Link: <http://www.westallgaeuer-zeitung.de/tageszeitung/news/49/Gedaechtnistrainer-raet-zu-Eselsbruecken-fuer-die-grauen-Zellen>