

SÜDKURIER

„Bilder im Kopf aufbauen“

Bad Säckingen - Gedächtnistrainer Gregor Staub gastiert am morgigen Mittwoch um 19 Uhr im Bad Säckinger Kursaal. Das SÜDKURIER-Medienhaus als Medienpartner der Veranstaltung sprach mit dem 59-jährigen Betriebsökonom.



Zahlen sind seine Welt. Gedächtnistrainer Gregor Staub gastiert am morgigen Mittwoch um 19 Uhr im Bad Säckinger Kursaal. Das SÜDKURIER-Medienhaus ist Medienpartner der Veranstaltung.
Bild: Archiv

Was raten Sie mir, wie ich mir Dinge besser merken kann?

Es ist wichtig herauszufinden, wo Ihre Stärken liegen. Haben Sie ein Gedächtnis für Namen oder Zahlen, dann kann man da ansetzen und anhand Ihrer Stärken Bilder im Kopf erzeugen, die Ihnen das Erinnern leichter machen.

Sie erzählen den Leuten also, wie sie anhand von Namen und Zahlen ihr Gedächtnis trainieren können?

Ich erkläre nicht nur, sondern mache es vor und die Zuhörer machen mit. Alle sollen aktiv mitarbeiten. Darum ist es wichtig, dass mir die Leute zuhören und mit offenen Herzen mit dabei sind. Ich begeistere die Leute durch Erleben.

Wie zum Beispiel sollen Ihre Zuhörer mitarbeiten?

Ich mache den Leuten zum Beispiel vor, wie sie sich innerhalb kürzester Zeit 50 Namen merken können. Oder die Namen aller amerikanischen Präsidenten und ich lasse die Leute auch alle mal auf Zehn zählen – auf thailändisch natürlich. Lernen heißt verknüpfen können, damit sich Bilder im Kopf aufbauen und dazu gehört Logik.

SÜDKURIER

Das heißt nach Ihrem Vortrag habe ich keine Erinnerungslücken mehr?

So einfach ist das natürlich nicht. Sie müssen diese Sachen – bei Schülern sind es zum Beispiel Vokabeln – immer über einen längeren Zeitraum üben. Ich muss lernen, mir Bilder im Kopf aufzubauen. So kann ich irgendwann nicht nur die Vokabeln, sondern kenne auch die Möglichkeit, wie ich mir Vokabeln selbst beibringen kann.

Hatten Sie immer schon ein besonders gutes Gedächtnis?

Oh, nein! Lange Zeit hatte ich selbst Schwierigkeiten mir Dinge zu merken und habe das als naturgegeben hingenommen. Als ich dann eines Tages am Flughafen stundenlang mein Auto suchte und mir einfiel, dass ich mit dem Zug gekommen bin, wurde es mir doch zu bunt. Ich machte mich auf die Suche nach einer Lösung für das Problem. Mir war klar, dass diese Lösung nicht der Kauf eines Buches sein kann. Denn solche Sachen muss man in Seminaren erlernen. Darüber zu lesen ist in etwa damit zu vergleichen, wie wenn man sich das Mittagessen vorlesen lässt um satt zu werden. Meine Erkenntnisse habe ich mit 1000 Studenten geübt und erstaunlich Erkenntnisse gewonnen, die ich jetzt weitergeben werde.

Richten Sie Ihre Vorträge an bestimmte Zielgruppen?

Nein, ich referiere vor Kindern in den Schulen, vor deren Eltern, aber auch vor verschiedenen Berufsgruppen. Das Geheimnis dabei ist, dass sich mit einem guten Lehrer immer bessere Ergebnisse erzielen lassen. Man muss bei den Leuten die richtigen psychologischen Interessen wecken. Egal in welchem Alter oder Stand die Zuhörer bei der Veranstaltung sind.

Quelle: Südkurier

Datum: 28.01.14

Titel: „Bilder im Kopf aufbauen“

<http://www.suedkurier.de/region/hochrhein/bad-saeckingen/8222-Bilder-im-Kopf-aufbauen-8220;art372588,6647924>