

Gedächtnistraining mit Gregor Staub

Vergessener Name – vergessene Telefonnummer – vergessener Begriff – fehlendes Stichwort, fast jeder kennt diese unangenehme Situation. In rhetorisch beeindruckender Weise zeigte Gregor Staub im Rahmen einer Informations- und Einführungsveranstaltung auf, wie solche Sachverhalte künftig gemeistert werden können. Rund 220 Personen folgten im Glattbruggen Mövenpick Hotel interessiert den bildhaften Ausführungen Gregor Staubs.



Gregor Staub

Der grosse Erfolg, der einer ähnlichen Veranstaltung im Vorjahr beschieden war, veranlasste die Verantwortlichen des Mövenpick Hotel Zürich-Airport, auch in diesem Jahr eine solche Veranstaltung zu realisieren. Zusammen mit der Markus Marthaler GmbH, die ihrerseits Gedächtnistraining als Thema und Gregor Staub als Referenten vorschlug, wurde der am 19. Dezember 2001 durchgeführte Anlass erneut zu einem vollen Erfolg. Die Markus Marthaler GmbH ist ein Unternehmen, das Dienstleistungen im und das hauptsächlich auf Selektion, Coaching und Beratung von Führungskräften spezialisiert ist.

Nach der Begrüssung durch Hoteldirektor Riet Pfister und den einführenden Worten von Markus Marthaler ging es dann gleich richtig zur Sache. Gregor Staub liess keinen Augenblick Langeweile aufkommen und hielt seine Zuhörer 150 Minuten lang geistig in Trab.

Schon nach kurzer Zeit erste Erfolge

Fokussiert und in Bildern denken zu lernen sei die Grundlage und Memotechnik das Instrument, um sich Gedächtnisstoff wirkungsvoll einprägen zu können. Vor allem sei es wichtig, sich mental einen sogenannten Briefkasten aufzubauen. Die ganze Angewohnung an dieses «Merkmuster» dauere wenigstens zwanzig Stunden, verteilt auf mindestens drei Wochen, begann Gregor Staub seine spannenden und humorvollen Ausführungen.

Mit zehn aus dem Publikum eingebrachten Begriffen, wie Kuchenblech,

Brückenpfeiler, Regenschirm oder Blumentopferde, begann die erste Übung. Mit dem zuvor erlernten Merkmuster gelang den meisten der Anwesenden schon nach wenigen Minuten, eine Erfolgsquote von über 80 Prozent. Bei der zweiten und dritten Übung dasselbe Resultat, diesmal aber mit zwanzig Begriffen. Bei weiteren Übungen, einmal mit den Namen der zehn letzten Präsidenten der USA und einmal mit den Vornamen von 18 Personen aus dem Publikum wurden sogar vielfach Richtigkeitsquoten von über 90 Prozent erreicht. Wahrhaftig beeindruckende Resultate.

Die von Gregor Staub entwickelte «Mega-Memory-Methode» ist in der Tat ein überraschend einfacher und höchst effektiver Weg, um das Gedächtnis langfristig zu verbessern. Einkaufslisten und Namen lassen sich damit ebenso leicht «abrufen» wie Vokabeln oder Nummernfolgen. Und dass in diesem Persönlichkeitsbereich offenbar reges Interesse besteht, beweisen schon die zahlreichen Besucher dieser Veranstaltung.

Eine imponierende Vorstellung, die – wie es heisst – Europas bekanntester Gedächtnistrainer im Mövenpick Hotel Zürich-Airport gab.

Kulinarischer Abschluss

Den Abschluss der ganzen Veranstaltung bildete eine kulinarische Advertsüberraschung, ein kulinarischer Mantel, wie Gastgeber Riet Pfister hinzufügte. Zu dieser üppigen, wohlschmeckenden und geselligen Advertsüberraschung hatte das Mövenpick Hotel eingeladen. /sp.