

GEDÄCHTNISTRaining

Kultur basiert auf Gedächtnis

Seit 1990 bringt Gregor Staub, in über 2500 Seminaren, den Menschen bei ihr Gedächtnis zu trainieren. Auftritte im Deutschen, Schweizer und Österreichischen Fernsehen, machten ihn über die Landesgrenzen hinaus bekannt. Bis heute haben 500 000 Menschen Mega-Memory® gelernt. Gregor Staub erklärt uns warum seine Methode so erfolgreich ist.

Einen Kurs im Gedächtnistraining wo für brauchen wir das? Und was erreichen wir damit?

Warum lernen wir Kopfrechnen oder Schreiben? Mit einem guten Gedächtnis erleichtere ich mir vieles in der Arbeit aber auch im täglichen Leben. So z.B. wenn ich eine Rede halten muss und die Stichworte im Gedächtnis habe, wirkt dies viel freier und kommt beim Zuhörer auch besser an, als wenn ich alles vom Blatt ablese und vielleicht noch meine Stichwortzettel verwechsle. Oder ein Schüler welcher bei seiner Prüfung den Spickzettel nicht unter dem Tisch haben muss, sondern ihn im Kopf hat, kann einmal die Aufgaben ohne zu schummeln lösen und erarbeitet sich schneller die richtige Lösung.

Gibt ein gutes Gedächtnis auch mehr Selbstvertrauen?

Ja, ganz bestimmt. Sie vergessen weniger, merken sich schneller etwas und werden dadurch auch sicherer im Umgang mit den Menschen, sei es mit Kunden, Mitarbeitern oder einfach auch im Freundeskreis.

Es gibt Dinge welche wir uns ewig merken können und andere Sachen, die wir uns gar nie merken oder gleich wieder vergessen. Warum ist das so?

Unser Gedächtnis speichert das Wissen in Form von Bildern und verknüpft diese Daten mit neuem und schon lange gespeichertem Wissen. Es ist natürlich so, wenn viel Emotionen im Spiel sind, dann prägt sich ein Ereignis besser im Gedächtnis ein, als wenn es langweilige oder abstrakte Sachen sind. Langweiliges wird schnell vergessen. Sie merken sich



am leichtesten auch nur das was Sie sich vorstellen können. So werden Sie sich automatisch wieder an die Ferien erinnern, wenn sie das Lieblingslied, welches Sie jeden Tag am Strand hörten, zuhause im Radio wieder hören.

Das heisst Vorstellungen unterstützen das Gedächtnis?

Wenn es Ihnen gelingt, Ihr Wissen mit Bildern zu verbinden, dann werden Sie erstaunt sein zu welchen Leistungen Ihr Gedächtnis fähig ist. Darauf basiert auch meine Mega-Memory®-Methode. So basiert auch Kultur auf in unserem Gedächtnis gespeicherten Wissen und Erfahrungen.

Wie funktioniert Mega Memory®?

Sie lernen mit praktischen Übungen, basierend auf der altgriechischen MNEMO-Technik (Verknüpfung der beiden Hirnhälften beim Lernen), wie Sie sich sofort, messbar und mit viel Spass Dinge besser merken können.

Welche Themen stehen dabei im Vordergrund?

- Namensgedächtnis
- Zahlengedächtnis
- Lernstoffe verarbeiten (Schule, Studium)
- Lernstoffe ins Langzeitgedächtnis schieben
- Stressabbau beim Lernen lernen
- Spass beim Lernen erleben
- freie Rede, Spickzettel aller Art im Kopf behalten
- Kindern beim Lernen helfen
- als Lehrerin oder Lehrer in der Schule den Schüler/Innen beim Lernen helfen

Was macht ihr Mega-Memory®-Methode so erfolgreich gegenüber anderen Lern-Methoden?

Es ist die Art und Weise wie ich die Menschen dazu bringe, durch regelmässiges Üben ihr Gedächtnis zu trainieren. Es gibt zwar hunderte von Büchern zum Gedächtnistraining. Aber es lässt sich



einwenig wie mit dem Schwimmenlernen vergleichen. Wenn sie ein Buch übers Schwimmen lesen, dann können sie noch nicht automatisch schwimmen. Das Erlernen Sie nur durch Üben. Genau gleich verhält sich das mit dem Gedächtnistraining. Sie müssen das Üben. Ich habe mit meiner MegaMemory®-Methode einen Weg gefunden wie ich die Menschen dazu bringe die nächsten Wochen das Gedächtnis zu trainieren. So ist in meinen Beispielen immer nach einer halben Stunde ein Erfolgserlebnis enthalten, welches die Leute zum weitermachen anspricht.

Lehrgänge mit der Mega-Memory®-Methode

Der Mega Memory® Selbstlehrgang, das aussergewöhnliche Gedächtnistraining
Enthält 12 CDs und das Begleitbuch zum Selbststudium.

DVD für Kinder
Sie lernen zusammen mit Ihrem Kind einige Beispiele kennen, welche meine Töchter im Alter zwischen 4 und 9 Jahren benutzt haben, um schneller zu Lernen.

Englisch für Anfänger
Dieser revolutionäre neue Englisch-Kurs besteht aus 2 Teilen von jeweils 5 CDs und Begleitbuch und Lernkartekärtchen. Es wurde von Claude Chemelli und seinem Team basierend auf den Ideen von MEGA MEMORY entwickelt.

Spielkartenmerken in Sekunden
Ein Selbstlehrgang – nicht nur – für Kartenspieler/innen. Mit diesem einzigartigen und revolutionären Selbstlehrgang werden Sie Ihr Spielkartengedächtnis wirklich enorm verbessern.

GEDÄCHTNISTRaining

Wie wichtig ist Spass für den Lernerfolg?

Sehr wichtig. Darum erkläre ich in meinen Seminaren den Teilnehmern die Beispiele auf amüsante und witzige Art. Es ist einfach leichter so die Zuhörer drei Stunden zum Thema zu begeistern und sie zum Mitmachen zu bringen. Wenn Sie Freude daran haben, dann lernen sie viel leichter, schneller und sind auch aufnahmefähiger. Das fördert den Lernerfolg ungemein.

Haben Sie ein amüsantes Beispiel aus Ihren Seminaren dafür?

Da habe ich ein aktuelles Beispiel, welches ich bei Frank Elstner – Menschen der Woche, im WDR mit dem Publikum während der Sendung gemacht habe. Stellen Sie sich vor: Sie sehen einen Mann mit einer Tomate in der Hand stehen, aus der Tomate kommt ein Erika-Blümchen, dann kommt der Nikolaus und schnappt sich das Blümchen. Er geht damit Golfspielen und wenn er einloch, spielt er vor Freude auf seiner Ziehharmonika. Aufgrund der Musik kommt Königin Elisabeth mit dem Ferrari von Michael Schuhmacher herangebraust. Wenn wir jetzt diese Geschichte anschauen, dann Frage ich Sie: was haben wir gelernt? Wir haben die Namen der sechs Kinder von Thomas Mann gelernt; Tomate Mann = Thomas Mann; Erika-Blümchen = Erika Mann; Nikolaus = Klaus Mann; Golfspielen = Golo Mann; Ziehharmonika = Monika Mann; Königin Elisabeth = Elisabeth Mann und Michael Schuhmacher = Michael Mann. Anhand dieser Bildgeschichte prägen Sie sich die Namen der Mann-Kinder ins Gedächtnis ein.

Behält man mit Bildern besser?

Bilder prägen sich besser ein. Es ist am Anfang sicher ungewohnt, sich witzige Bildgeschichten auszudenken, aber mit ein bisschen Übung fällt Ihnen das nicht mehr schwer.

Wen sprechen Sie mit ihrer Methode an?

Da sind alle Bevölkerungsgruppen und Altersschichten angesprochen. In meinen Seminaren habe ich Schüler und Lehrer welche mit meiner Methode besser lernen wollen. Aber auch Führungskräfte, Manager, Diplomaten, welche schnell eine Sprache lernen möchten, oder auch

Künstler wie z.B. Clown Dimitri, Kliby und Rolf Rasser welche sich für ihre Auftritte schneller vorbereiten möchten.

Wenn jemand das Gedächtnistraining mit ihrer Mega-Memory®-Technik erlernen möchte, welche Möglichkeiten hat er dazu?

Den Besuch einer meiner Seminare, dann das Lernen und Üben mit den 12 CDs und dem Begleitbuch. 70 bis 80% der Menschen, welche ein Seminar bei mir besucht haben, arbeiten auch langfristig mit diesen Lernmitteln.

Was passiert wenn jemand beim Selbststudium nicht mehr weiterkommt?

Dann kann er mich jederzeit anrufen. Auf jeder, der bisher 500 000 mal ausgelieferten CDs, ist meine Privatnummer drauf. Das heisst, es klingelt nicht im Büro, sondern gleich im Wohnzimmer. Glauben Sie, ich bekomme nur wenige Anrufe, da meine Mega-Memory®-Methode für jeden einfach zu verstehen ist.

Wie viel Zeitaufwand muss man zum Erlernen ihrer Methode einrechnen?

Aus meiner Erfahrung heraus habe ich gemerkt, es ist wichtig, dass die Leute mindestens 30 Stunden ihr Gedächtnis trainieren müssen um Erfolg zu haben.



MEGA MEMORY, seit 1990 bis heute, über 2500 Seminare und Vorträge geleitet, mit ca. 250 000 Absolventen (als Fernkurs oder live). Über 800 Presseartikel, 30 TV Auftritte und 200 Radio-Interviews

«Habe immer noch grössten Spass an Vermitteln dieser aussergewöhnlichen Lern-Techniken!»

Staub Mega Memory® Gedächtnistraining

Im Chapf 4
CH-8703 Erlenbach ZH
Tel.: +41 (0)43 266 80 00
Fax: +41 (0)43 266 80 01
Email: info@gregorstaub.com
Homepage: www.megamemory.ch