

Die gute alte Eselsbrücke in neuem Gewand

Gedächtnistrainer Staub zeigt, wie man sich schnell viel merken kann

Weissach. Der amerikanische Präsident Nixon schwimmt auf dem roten Samtvorhang der Strudelbachhalle, sein Amtskollege Reagan steht vor der Saaltür, und Clinton klebt oben am Fenster. Wozu das nütze ist, hat der Gedächtnistrainer Gregor Staub dem Publikum erklärt.

Von Gabriele Müller

Engeladen hat ihn Franz-Josef Gomoika, der den illustren Schweizer seit vielen Jahren kennt. Und Staub hat seine Gehirngymnastik mit dem amüsierten Publikum ohne Gage gemacht – sämtliche Einnahmen des Freitagabends kamen Pflifikus zugute, wo Gomoika Beirat ist. Diese Leonberger Einrichtung bietet einen Wäsche- und Putzservice sowie einen Brötchendienst an und ermöglicht es Menschen mit geistiger Behinderung sowie Langzeitarbeitslosen, durch reguläre Arbeit ihren Lebensunterhalt zu verdienen.

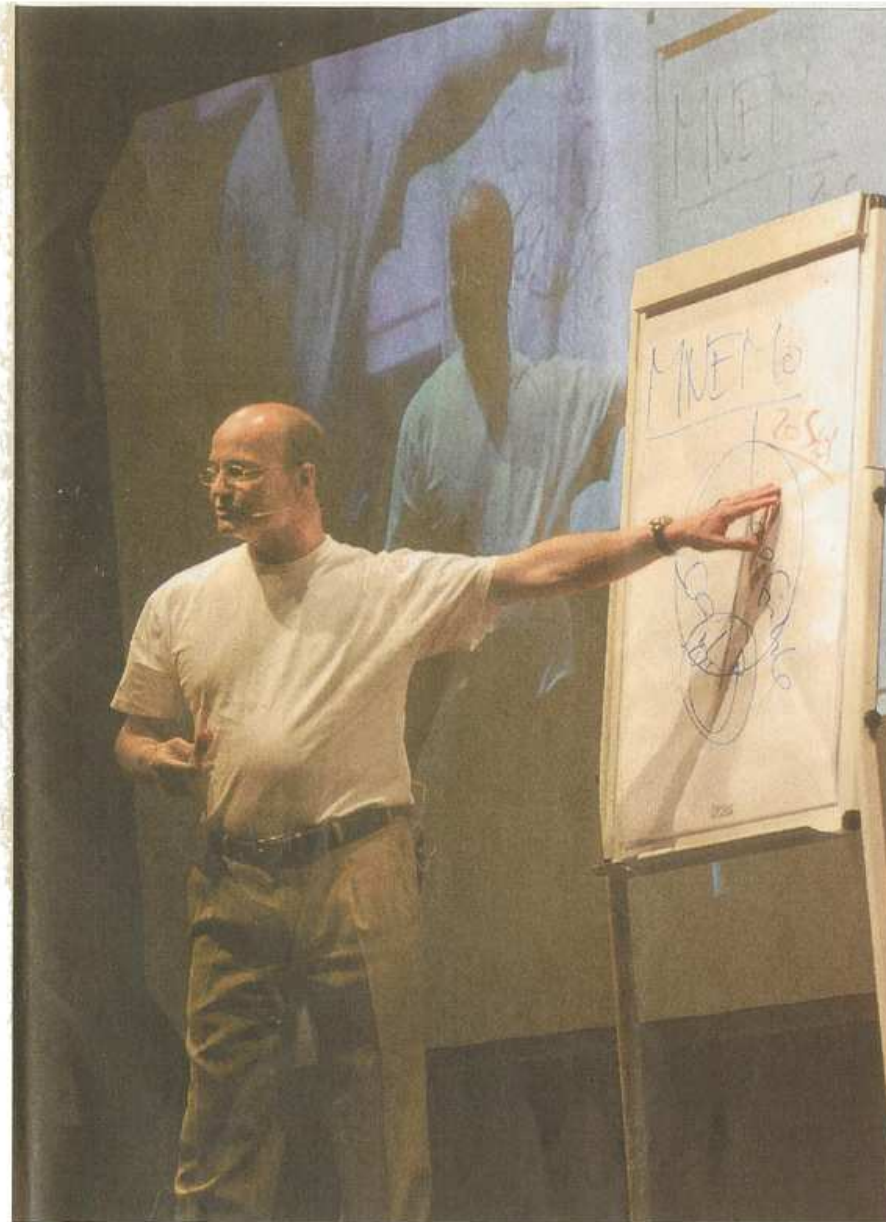
Bürgermeisterin Ursula Kreutel bekannte sich in ihrem Grußwort offen zu ihrem nicht zufrieden stellenden Namensgedächtnis und hoffte, an diesem Abend wirkungsvoll etwas gegen diese Schwäche tun zu können. Der pfiffige Züricher Staub, der wegen eines Staus etwas später ankam, hatte das Saalpublikum schnell im Griff. Nicht nur der Übungen wegen, welche die Menschen mit großem Eifer mitmachten, sondern vor allem auf Grund seiner witzigen und schlagfertigen Art, die sogar ein Mikrofonproblem spontan in ein Stück beste Unterhaltung verwandelte.

„Sie gehen heute Abend mit einer doppelt so guten Merkfähigkeit hinaus, als sie hereingekommen sind“, versprach er und gab allen gleich vorneweg seine wichtigste Devise mit auf den Weg: „Sie geben nie auf, bis sie ihr Ziel erreicht haben, und Sie dürfen niemals Hemmungen haben, Fehler zu ma-

chen.“ Man solle seine Fehler sogar genießen und sich darüber freuen, denn nur so könne man sie beheben, ist seine Überzeugung. „Nur nicht ärgern, sondern gelassen bleiben, sonst ist alles weg“, so die zweite goldene Regel beim Umgang mit Gedächtnislücken.

Grundlage für alles, was man sich merken möchte, ist dabei die so genannte Mnemotechnik, welche schon die Redner in der Antike einsetzten. Egal ob es um lange Zahlenreihen oder Namenslisten geht, der Trick ist immer derselbe: Man verbindet das Unbekannte, das man sich merken möchte, mit etwas Bekanntem, das schon im eigenen Gedächtnis sitzt. Assoziationsfähigkeit und Fantasie sind hier gefragt, um schnell zu Begriffen und Zahlen passende Eselsbrücken zu finden, die inhaltlicher Natur sein können oder die Verbindung beispielsweise über einen ähnlichen Klang erhalten. Aus diesen Begriffen bastelt man sich dann eine mehr oder weniger logische Geschichte, und schon hat man das Gerüst, das dabei hilft, gespeichertes Wissen gezielt abzufragen. Denn, so der dritte Trick, man findet Informationen dann am besten, wenn man weiß, wo man suchen muss. Wer wolle schon einen kreativen Briefträger, der jedes Mal die Post woanders deponiere, meinte Staub verschmitzt.

Als verblüffend wirkungsvolle Hilfestellung erwies sich der Kunstgriff, Namen oder Begriffe über Eselsbrücken an bestimmten Orten im Raum oder auf dem eigenen Körper abzulegen. Dazu durften alle aufstehen, entsprechende Stellen berühren oder mit dem Finger darauf zeigen. Das machte einen Riesenspaß und führte zu dem verblüffenden Resultat, sich in wenigen Minuten tatsächlich zehn amerikanische Präsidenten merken zu können. Die Freude beim Lernen benannte der erfolgreiche Trainer als weiteren wichtigen Erfolgsfaktor. Dass er am Schluss professionell Werbung für seine nicht ganz billige Lern-CD machte, sah man ihm da gerne nach.



Gedächtnistrainer Gregor Staub: Unbekanntes mit etwas Bekanntem verbinden. Foto: factum/Weise