

Freude hilft beim Lernen

Schweizer Mnemo-Techniker aktiviert 600 Hersfelder zum Hirnjogging

VON VERA HETTENHAUSEN

BAD HERSFELD. „Ich will euch beweisen, was ihr könnt“. Diese Absicht verfolgte Gregor Staub, ein erfolgreicher Gedächtnistrainer aus der Schweiz, bei seinem Publikum in seinen drei Vorträgen in Bad Hersfeld. Initiiert hatte die Veranstaltungsreihe des „Trainers des Jahres 2003“ Hans Heenes aus Niederaula, der im Rahmen seiner Arbeit in der Lehrerfortbildung auf die erstaunlichen Lerntechniken des Schweizlers aufmerksam geworden war.

Etwa 220 Schülerinnen und Schüler der Modellschule Obersberg, 140 Kinder der Jahrgangsstufe 9 der Konrad-Duden-Schule sowie nochmals circa 240 Gäste am Abend im Hotel am Kurpark kamen nicht nur in den Genuss kurzweiliger, amüsanter Unterhaltung. Sie erlebten auch selbst, wie praktikabel Staubs Gedächtnismethoden in die Praxis umzusetzen sind.

Staaten und Minister

Nach 90 Minuten konnten die Teilnehmer alle Staaten von Nord-, Mittel- und Südamerika, die Namen der Minister und ihrer Ministerien der Bundesregierung sowie die amerikanischen Präsidenten seit 1953 aufzählen. Doch das war noch nicht alles. Zu guter Letzt zählten sie auf thailändisch von 1 bis 10. Damit war es dann ein Leichtes, die Zahl 5555 in die doch ungewohnte Sprache zu übersetzen.

Lernbar war dies in so kurzer Zeit mit der altgriechischen Mnemo-Technik, die beide Hirnhälften beim Lernen verknüpft. Dabei werden zum Beispiel Beziehungen zwischen Orten und Begriffen hergestellt. Das Gehirn brau-



Wie lernt man seine Spickzettel am besten auswendig? Die Jahrgangsstufe 12 der Modellschule Obersberg hörte genau zu, was der Gedächtnistrainer Gregor Staub mit einem leichtem schwyzerdütschem Akzent an Lerntechniken empfahl. Damit klappt das Abitur im nächsten Jahr bestimmt besser.

Foto: Hettenhausen

che klare Vorstellungsbilder, erklärte Staub. So werden bei ihm auch Körperteile von den Füßen bis zur Haarspitze zu Merkhilfen umfunktioniert.

Größten Spaß mache ihm das Vermitteln dieser außergewöhnlichen Lerntechniken, sagte der studierte Betriebsökonom. Das merkte man. Die gute Laune des 54-jährigen hielt auch sein Publikum bei bester Laune, das bis zuletzt gespannt zuhörte. Man wollte nicht die vielen Tipps und Witze verpassen, die von

Staub pausenlos präsentiert wurden.

Laut aufsagen im Chor

Freude hilft beim Lernen, ist seine Grundaussage. Darüber hinaus zeigte sich auch, dass sich Lerninhalte durch das gegenseitige Abfragen sowie durch lautes Aufsagen im Chor schneller einprägen. „Man muss sich von Dingen befreien, die nichts bringen. Damit kann man sich auf das Richtige fokussieren und stressfrei lernen“, gab Staub

seinen Zuhörern als Rat mit auf den Weg.

Wem die eineinhalb Programmstunden zu wenig waren, bot er „sein Lernpaket“ auf CD an. Damit könne man sich die Vorgehensweisen auch bestens selbst aneignen. Fünf Minuten Gehirntraining am Tag reichen aus, um bis ins hohe Alter geistig flexibel zu sein, meint Staub auf seiner Homepage.

• Unter www.Gregor-Staub.com ist dies nachzulesen.