

Schüler-Akademie

powered by **REHAU**
Frankenpost

Wissen, wie man lernt.



Der Daumentest zeigt, welche Gehirnhälfte stärker ist.



An die verschiedenen Körperpunkte knüpfen Gedächtnisweltmeister die Begriffe.



Diese 20 Begriffe merkte sich Markus Hofmann innerhalb weniger Minuten.



Auch diesmal war der Festsaal der Hofer Freiheitshalle voll besetzt.

Markus Hofmann präsentiert seine Gedächtnistechniken 800 begeisterten Schülern. Schaut her: Diese Begriffe könnt ihr euch innerhalb weniger Minuten ganz einfach einprägen.
Fotos: Schädlich

Von Null auf 300 in einem Tag

Der Gedächtnistrainer Markus Hofmann verspricht den Teilnehmern der Schüler-Akademie: Wer die richtigen Gedächtnistechniken anwendet, der kann seinen Lernerfolg vervielfachen.

Von Marcus Schädlich

Hof – Nicht zum ersten Mal geht ein Raunen durch den Festsaal der Hofer Freiheitshalle. Markus Hofmann, der Gedächtnistrainer, zählt gerade gemeinsam mit den Schülern von eins bis zehn. Und dann bis 9999. Auf Thailändisch allerdings. Obgleich wohl keiner der Schüler zuvor diese exotische Fremdsprache beherrschte, können sie nun zählen. Und das nach nur knapp 15 Minuten Training.

Der Trick bei der Sache: Hofmann weiß genau, wie man richtig lernt. Schließlich entwickelte auch er sich von einem durchschnittlichen Abiturienten zu einem Einser-Studenten

– allein durch die Anwendung von Gedächtnistechniken. Diese Kniffe gibt er nun seinen Nachfolgern auf der Schulbank weiter. Wie am Dienstagvormittag den Teilnehmer der Schüler-Akademie der REHAU AG+Co. und Frankenpost. Den 800 Schülern sagt er ganz offen: Jeden Tag 300 Vokabeln auswendig lernen? Kein Problem! Seine Technik klingt schlüssig: Einfach die deutsche Übersetzung als sogenannten Gedächtnisbriefkasten nutzen und so das Wort merken. Zum Beispiel das eng-

„Gedächtnistraining hat natürlich etwas mit Geschwindigkeit zu tun.“
Markus Hofmann

lische Verb „grizzle“ (auf Deutsch: schmolzen). Also stellt sich Hofmann einen Grizzlybär vor, der schmolzt. Ein Bild, das nicht so schnell wieder aus dem Gedächtnis verschwindet.

Aber nicht nur Vokabeln, sondern auch lange Zahlenreihen oder Begriffe können sich die Schüler nun merken. Um sich alles gut zu merken, schlägt er den Schülern deshalb vor: „Der Schlüssel für ein richtig gutes Gedächtnis ist ein Ziffernraster von

00 bis 99.“ Also zeigt Hofmann, wie das funktioniert. Jede Ziffernkombination ist ein Briefkasten. Den öffnet man dann je nach Bedarf wieder. Ganz schnell auch in der Prüfung, denn auch Hofmann weiß: „Gedächtnistraining hat natürlich etwas mit Geschwindigkeit zu tun. Ich muss schnell auf die entsprechenden Informationen zugreifen können.“ So wie er bei der Vorbereitung auf die TV-Sendung „Schlag den Raab“, als er sich etliche Tausend Begriffe der Allgemeinbildung einprägte.

Und die Schüler? Die konnten immerhin nach knapp zwei Stunden schon 96 Begriffe auswendig. Der erste Schritt zum Superhirn ist also getan.

Bischoff kommt wieder

Da im laufenden Schuljahr keine weitere Veranstaltung der Schüler-Akademie stattfinden wird, laufen nun bereits die Planungen für das kommende Schuljahr. Den Auftakt gibt dann – genau wie dieses Jahr – der Motivationstrainer Christian Bischoff. Er lädt für den 14. Oktober wieder alle interessierten Schulklassen (ab 8. Klasse) in die Hofer Freiheitshalle ein.

wirken kann, und nun hat Markus Hofmann mit dem Gedächtnistraining den letzten Schritt gemacht. Die Themen sind nicht nur für die Schule relevant, sondern verfolgen einen in allen Lebensbereichen. Die Schüler konnten garantiert viel mitnehmen.

Was hat Sie am meisten beeindruckt?

Christian Bischoffs Selbstmotivation, also dass man nicht immer nur das Negative sehen soll, sondern auch das Positive. Stefan Verras Hinweis, wie wichtig der erste Eindruck ist. Und bei Markus Hofmann die Einhornliste, durch die ich mir vielleicht bei freien Vorträgen die wichtigen Inhalte vorher besser einprägen kann.

Also: Wer als Schüler nicht an der Schüler-Akademie teilgenommen hat, der hat etwas verpasst?

Ja! Und auch ich persönlich hätte etwas verpasst, wenn ich nicht teilgenommen hätte.

Die Fragen stellte Marcus Schädlich

Stimmen zur Schüler-Akademie

„Eine echte Hilfestellung“



Nino Scherzer: „Viele der Merkaufgaben konnte ich tatsächlich recht leicht lösen. Manche Techniken sind aber trotzdem recht schwierig. Es wird einige Zeit dauern, bis ich mir diese eingepägt habe. Die Einhorn-Technik war am leichtesten einzuprägen. Die werde ich wohl auch in der Schule sofort verwenden.“



Jana Wirth: „Markus Hofmann hat das Thema richtig locker präsentiert. Das hatte ich gar nicht so erwartet. Eine Hilfestellung sind die Gedächtnistechniken auf jeden Fall. Mit Sicherheit werde ich die Techniken in der Schule anwenden.“



Monika Schenken: „Die Veranstaltung hat mir sehr gut gefallen. Die Technik, Begriffe mit Geschichten zu verbinden, wird den Schülern helfen. Diese Technik können sie anwenden. Die Frage ist nur, ob sie es auch wollen. Natürlich gehört dann immer auch die nötige Konzentration dazu.“



Markus Schott: „Wie Bilder mit Informationen verknüpft werden, ist interessant. Bis eine Technik auch automatisch angewendet werden kann, brauchen die Schüler aber sicher Zeit. Aber wer sich die Zeit nimmt, dem versprechen die Techniken Erfolg.“



Simon Findeis: „Die Veranstaltung war richtig lustig. Gut fand ich, dass Markus Hofmann uns nicht wie kleine Kinder behandelt hat. Er war locker drauf. Ich bin mir deshalb auch sicher, dass wir die Techniken anwenden werden. Dass sie funktionieren, haben wir ja live erlebt.“

Sprüche des Tages

„Die gute Nachricht für euch: Spickzettel sind ab heute ausdrücklich erlaubt. Ihr dürft so viele Spickzettel schreiben wie ihr möchtet... Aber nicht in der Prüfung verwenden.“
Markus Hofmanns erster Lerntipp

„Setzt euch Ziele, die ihr auch erreichen könnt.“
Markus Hofmann über Vorgaben bei Gedächtnistechniken

„Wenn ich einen Begriff spontan nicht mehr weiß, dann bleibe ich ganz entspannt. Mein Gedächtnis stellt ihn mir schon wieder zur Verfügung.“
Markus Hofmann über das Vergessen

„Die Veranstaltungsreihe ist ein voller Erfolg“

Michael von Hertell, der Ausbildungsleiter der REHAU AG+Co., zieht nach drei Veranstaltungen der Schüler-Akademie ein positives Fazit. Alle, die nicht teilgenommen haben, hätten etwas verpasst.

Herr von Hertell, zunächst ein Test: Können Sie sich noch an die thailändische Übersetzung der Zahlen erinnern?

Da bin ich ganz ehrlich: An die Zahlen erinnere ich mich nicht mehr. Aber dafür hat sich bei mir diese Einhornliste sehr stark eingepägt. Die Zahlenverknüpfung mit den Begriffen ist ja beeindruckend – und vor allem, wie schnell man sich dadurch 20 Begriffe, die man vorher noch nie gehört hat, merken kann.

Insofern war das Gedächtnistraining mit Markus Hofmann ein voller Erfolg: Die Techniken sind wirklich einfach anwendbar!

Stimmt. Die Techniken sind ein Tool, um Sachverhalte schneller begriffen zu können. Das ist ja nicht nur etwas für Schüler!

Interview



mit Michael von Hertell, Ausbildungsleiter bei der REHAU AG+Co.

lich zu machen. Der Mensch lernt ja visuell viel besser als nur mit reinem Text – und nun wird einfach im Kopf beides verknüpft. Die Begriffe werden mit Bildern verbunden – und so

ist alles viel leichter im Kopf speicherbar.

Besonders gefreut haben sich alle darüber, dass das Erlernen von Vokabeln dadurch leichter fallen kann. Das ist ja nicht nur etwas für Schüler!

Ja. Apropos lebenslanges Lernen: Ich bin gerade wieder dabei, mein Englisch weiter zu verbessern – und muss natürlich auch Vokabeln lernen. Ich werde das System, die englischen Wörter mit deutschen zu kombinieren, ausprobieren. Vor allem für Fachbegriffe. Das wird mir hoffentlich weiterhelfen. Was ich darüber hinaus auch beeindruckend fand: Wie ich innerhalb kürzester Zeit große Zahlenfolgen auswendig lernen kann. Die Zahlenreihen in Zweierblöcken zu zerlegen, das bringt einen schon weiter. Da ist die Handynummer dann kein Problem mehr.

Inwiefern können denn Auszubildende diese Techniken verwenden? Motivieren Sie nun die Azubis bei REHAU AG+Co., vor der Prüfung

Nach der dritten Veranstaltung der Schüler-Akademie: Wie fällt Ihr Fazit aus? Was haben die Schüler aus Ihrer Sicht mitnehmen können?

Die gesamten Veranstaltungsreihe ist ein voller Erfolg. Christian Bischoff hat die Schüler motiviert, Stefan Verra zeigte ihnen, wie Körpersprache