



## Nützt kognitives Training und wenn ja, warum?

Prof. Dr. Regula Everts, Dipl.-Psych.  
Inselspital Bern, Universitätsklinik für Kinderheilkunde



**Überblick:** In diesem Seminar werden die vielen Facetten kognitiver Trainings dargestellt. Nach der theoretischen Einführung verschiedener Trainingsansätze werden Sie konkrete Trainingsprogramme kennenlernen.

**Förderung der Kognition:** Es werden Überlegungen zum idealen kognitiven Training angestellt. Neben computergestützten Trainingsprogrammen werden Methoden vorgestellt, welche Hilfsmittel und Strategien im Umgang mit kognitiven Defiziten vermitteln. Inwiefern nicht nur kognitive, sondern auch körperliche Aktivität die Kognition beeinflussen und fördern kann, wird mittels aktueller Fachliteratur

erörtert. Spiele zur gezielten Förderung von Hirnfunktionen und einige der Trainings werden mit Anwendungsbeispielen veranschaulicht.

**Wirksamkeit kognitiver Trainings:** Es werden Überlegungen zum idealen kognitiven Training angestellt. Ein Schwerpunkt wird auf die Frage gelegt, welche Faktoren den Trainingserfolg in der neuropsychologischen Arbeit maßgeblich beeinflussen können. Die Wirksamkeit verschiedener kognitiver Trainings wird auf behavioraler und neuronaler Ebene vorgestellt – stets in Bezug zu evidenz-basierten Studien.

**Wissenschaftliche Evidenz:** Ob ein kognitives Training zu einer Verbesserung der Arbeitsleistungen und des Funktionierens im Alltag führen kann - dem sogenannten Transfer-Effekt - wird in der Fachliteratur kontrovers diskutiert. Mechanismen des Transfer-Effekts werden vorgestellt und kritisch beleuchtet. Inwiefern ein kognitives Training die funktionalen Netzwerke im Gehirn zu verändern vermag, wird mittels aktuellen neurowissenschaftlichen Forschungsdaten gezeigt.

### Literatur:

- Lustig, C., Shah, P., Seidler, R., & Reuter-Lorenz, P. A. (2009). Aging, training, and the brain: a review and future directions. *Neuropsychology review*, 19(4), 504-522.

### Zur Person:

Prof. Dr. Regula Everts hat an der Universität Bern Psychologie studiert und promoviert, 2011 habilitiert. Seit 2017 hat sie eine assoziierte Professur an der medizinischen Fakultät der Universität Bern. Sie war als Neuropsychologin und Forschende an der Universitäts-Kinderklinik des Inselspitals Bern, am Neurozentrum in Freiburg i. Br. und am Murdoch Children's Research Institute, Melbourne, tätig. Heute leitet sie mehrere klinische Studien zur kognitiven und neuronalen Entwicklung verschiedener Patientengruppen. Im Rahmen einer dieser Studien entwickelte sie das MEMO-Training, ein Gedächtnistraining für Kinder (Hogrefe Verlag) und sie ist Mitautorin des Buchbandes „Neuropsychologie bei Kindern und Jugendlichen“ (Hogrefe Verlag).

**Termin:** 23.04.2021  
**Uhrzeiten:** 09:00 Uhr - 17:00 Uhr  
**Zeitungfang:** 8 Stunden (à 45 min)  
**Ort: Residenz Au Lac**  
Aarbergstr. 54  
CH-2501 **Biel-Bienne**  
(barrierefrei)  
**Didaktik:** Vortrag, interaktiver Workshop, Live Demonstration, Fallbeispiele, Übungen, Gruppenarbeit  
**Zielgruppe:** Psychologinnen  
**SVNP/ASNP-Akkreditierung:** beantragt  
**Teilnehmerzahl:** max. 30 Personen  
**Code-Nr.:** FB210423B  
(bitte bei der Anmeldung angeben)  
**Kursgebühr:** 250 Euro  
(Schweizer Franken werden zum Tageskurs auf unserer Website umgerechnet)  
**Anmerkung(en):**  
In der Kursgebühr ist ein 3-Gang-Mittagessen enthalten.

