

## **Kogifit® – Gedächtnistraining**

*Das Gedächtnistraining Kogifit® ist ein neuropsychologisches Verfahren, das speziell für ältere Menschen mit Gedächtnisproblemen entwickelt wurde.*

### **Hintergrund**

Gedächtnistrainings und andere kognitive Trainingsverfahren werden in der aktuellen Forschung als Methode diskutiert, von der Alzheimer-Patienten profitieren könnten.

Vor diesem Hintergrund wurde am ISPG ein Gedächtnistraining entwickelt, durch das die Merkfähigkeit für visuo-spatiale Informationen verbessert werden soll. Das Training bedient sich des sog. expliziten Lernens, d.h. Informationen werden bewusst aufgenommen und abgerufen. Darüber hinaus kommt implizites Lernen zum Einsatz – um den Lernerfolg zu erhöhen, werden richtige Antworten systematisch durch Belohnung verstärkt. Das Verfahren ist adaptiv, d.h. es stellt sich auf die individuelle Leistungsfähigkeit ein, indem nur dann die Schwierigkeit erhöht wird, wenn zuvor genügend richtige Antworten gegeben worden sind. Bei dem Training wird wiederholt eine ganz bestimmte Leistung trainiert.

Die Wirksamkeit des Verfahrens wurde in einer Studie mit Alzheimer-Patienten untersucht. Hierbei zeigten sich Verbesserungen im Wohlbefinden und in der Gedächtnisleistung der Trainingsteilnehmer (Schimmel et al., 2008).

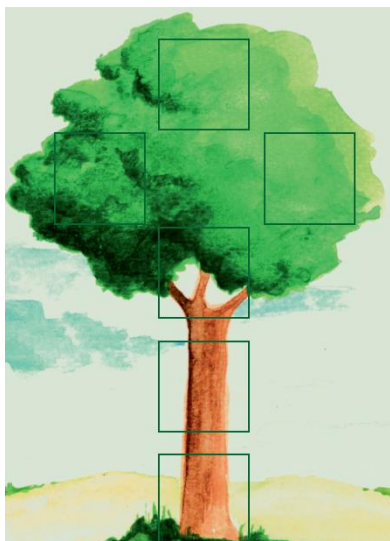


Abb.: Kogifit® Spielfeld

### **Entwicklung von Kogifit®**

Die positiven Befunde aus der Vorstudie wurden zum Anlass genommen, das Verfahren weiterzuentwickeln, woraus schließlich das Gedächtnistraining Kogifit® hervorging. Bei der Weiterentwicklung wurde insbesondere Wert darauf gelegt, dem Training einen ansprechenden, spielerischen Charakter zu verleihen.

Die Weiterentwicklung und Wirksamkeitsuntersuchung von Kogifit® wurde von der Karin-Nolte-Stiftung gefördert und vom ISPG in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz durchgeführt. Die positiven Ergebnisse aus der Vorstudie konnten hierbei bestätigt werden.

### **Einsatz von Kogifit®**

Das Gedächtnistraining Kogifit® wurde speziell für ältere Menschen entwickelt, die aktiv etwas für ihr Gedächtnis tun möchten. Es kann bei Gedächtnisproblemen, z.B. im Rahmen einer leichten bis mittelschweren Demenz, eingesetzt werden. Aufgrund seiner einfachen Handhabung und seines Spielcharakters lässt sich Kogifit® problemlos in den Alltag integrieren. Es wird zu zweit „gespielt“, z.B. mit einem Angehörigen. Es eignet sich insbesondere auch als Methode für Ergotherapeuten oder andere Fachkräfte, die mit älteren Menschen arbeiten.

### ***Erwerb von Kogifit®***

Die Herstellung von Kogifit® wurde inzwischen an die Blieskasteler Werkstätten im Gemeinschaftswerk für Menschen mit Behinderungen GmbH übergeben und kann zu einem Preis von 34 Euro bestellt werden. Mit dem Erwerb unterstützen Sie die Alzheimer Gesellschaft Rheinland Pfalz e.V.. [Hier](#) geht es zur Bestellung.

Für weitere Informationen zu Kogifit® können Sie sich gerne per E-Mail an uns wenden ( [kogifit-spiel@dynamikos.de](mailto:kogifit-spiel@dynamikos.de) ).

### ***Literatur***

Schimmel, I. , Bektas, M. , Adler, G. (2008). Gedächtnistraining bei Demenz - Auswirkungen eines Merkfähigkeitstrainings mit systematischer Verstärkung. Psychoneuro 34(10): 475-478.