



## Nützt kognitives Training und wenn ja, warum?

### Prof. Dr. lic. phil. Regula Everts

Inselspital Bern, Bern

#### Inhalt:

Dieses Seminar bietet eine umfassende Auseinandersetzung mit den unterschiedlichen Facetten kognitiver Trainings. Nach einer theoretischen Einführung in verschiedene Trainingsansätze werden die Teilnehmenden mit konkreten Programmen vertraut gemacht, die in der neuropsychologischen Praxis zum Einsatz kommen. Dabei geht es nicht nur um computergestützte Programme, sondern auch um Methoden, die den Einsatz von Strategien zur Kompensation kognitiver Defizite fördern sowie die Metakognition anregen. Ergänzend werden Spiele vorgestellt, die gezielt bestimmte Hirnfunktionen trainieren. Einige dieser Trainings werden im Seminar anhand konkreter Anwendungsbeispiele erlebbar gemacht, um die Übertragbarkeit in die eigene Praxis zu erleichtern. Ziel ist es, unterschiedliche Herangehensweisen kennenzulernen, die im klinischen Alltag individuell angepasst eingesetzt werden können.

Die Wirksamkeit verschiedener Trainingsformen wird sowohl auf behavioraler als auch auf neuronaler Ebene anhand evidenzbasierter Studien dargestellt. Zentraler Bestandteil des Seminars ist zudem die kritische Auseinandersetzung mit dem sogenannten Transfer-Effekt, also der Frage, ob ein kognitives Training tatsächlich zu einer Verbesserung der Alltagsfunktionen und beruflichen sowie schulischen Leistungsfähigkeit führt. Diese Thematik wird anhand aktueller Fachliteratur diskutiert. Dabei werden auch neurowissenschaftliche Daten herangezogen, die zeigen, ob und wie kognitive Trainings die funktionalen Netzwerke im Gehirn verändern können. Ein besonderer Fokus wird auf Faktoren gelegt, die den Erfolg kognitiver Trainings wesentlich beeinflussen.

Ein weiterer Themenblock widmet sich der Frage, inwiefern körperliche Aktivität die kognitiven Funktionen beeinflusst und fördern kann. Anhand aktueller wissenschaftlicher Literatur wird aufgezeigt, wie eng Bewegung und geistige Leistungsfähigkeit miteinander verknüpft sind.

Dieses Seminar richtet sich an Fachpersonen, die kognitive Trainings nicht nur theoretisch verstehen, sondern auch hinsichtlich ihrer praktischen Umsetzung und wissenschaftlichen Fundierung reflektieren möchten.

#### 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.

**Für den Besuch dieser Fortbildung werden den TeilnehmerInnen entsprechende Fortbildungseinheiten gemäß FSP-Regelung gutgeschrieben.**

#### Stimmen unserer TeilnehmerInnen:

*"Didaktisch super! Ich schätze die differenzierte Diskussion und die Herausarbeitung davor, dass die Frage (Nutzen kog. Trainings!) nicht einfach zu beantworten ist."*

#### 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 entstand das MEMO-Training, ein Gedächtnis-Strategietraining für Kinder (Hogrefe

**Kursnummer:** FB260605A  
(Bitte bei der Anmeldung angeben)

**Termin:**  
Freitag 05.06.2026 09:00 - 17:00 Uhr

**Zeitung:** 8 Stunden à 45 Minuten

**Ort:** SET Hotel  
Residence by Teufelhof Basel  
Leonhardsgraben 46  
4051 Basel  
Schweiz

**Didaktik:** Vortrag, Videodemonstration, Live-Demonstration, Fallbeispiele, Übungen, Diskussion, Gruppenarbeit

**Zielgruppen:** Psycholog:innen, Neuropsycholog:innen, PP und KJP

**Teilnehmendenzahl:** max. 28 Personen

**FSP Anrechnung:** beantragt

**Kursgebühr:** 330,00 €

**Inklusivleistungen:**  
In der Kursgebühr sind warme, kalte Tagungsgetränke und Snacks inbegriffen. Ein Mittagessen können Sie im SET-Restaurant auf eigene Kosten einnehmen.

Zugelassene Weiterbildungsstätte der PTK  
Bayern für Klinische Neuropsychologie



Verlag). Im 2024 entwickelte Regula Everts das Mio-Training, eine metakognitive Intervention, die heute als Mio-App vorliegt und wissenschaftlich geprüft wird. Sie ist Mitautorin des Buchbandes „Neuropsychologie bei Kindern und Jugendlichen“ (Hogrefe Verlag) und Autorin vieler wissenschaftlicher Artikel rund um die Plastizität des Gehirns.