



Merken nach Farben

Checkliste

Autorin Bettina M. Jasper, Andrea Friese (Expertinnen für Gehirntraining)

Schwerpunkte Farbuordnung, Assoziieren, Merkfähigkeit, Wortfindung

Angebotstyp Kognitionstraining

Stufe mittel

Gruppenangebot Ja

Einzelbetreuung Ja

Geeignet für Menschen mit Demenz, Kognitiv fitte Teilnehmende

Dauer bis 15 Minuten

Zeitraum Jederzeit

Materialien

- Farbkarten in Blau, Rot, Gelb, Grün, Schwarz und Weiß und eventuell weiteren Farben, z. B. aus dem Spiel "Klick Klack" oder selbst aus Karton hergestellt.
- Für eine Variante mehrere Zettel und ein Stift.

Vorbereitung und Ablauf:

- Je nach kognitiven Fähigkeiten der Teilnehmende einen Teil der Farbkarten oder alle sechs verdeckt auf einen Stapel legen.
- Jeweils eine Karte aufdecken und schnell der gezogenen Farbe einen Begriff zuzuordnen, also z. B. Rot = Lippen, Blau = Enzian usw. Die Karte ablegen und den Begriff merken.
- Sobald alle Farbkarten mit jeweils einem Begriff belegt sind, erfolgt eine kurze Ablenkung, z.B. ein Gespräch über Lieblingsfarben.
- Danach geht es ums Erinnern. Nacheinander immer eine Karte aufdecken. Welcher Begriff wurde dieser Farbe zugeordnet?
- Kognitiv fitte Teilnehmende schaffen es durchaus, in mehreren Durchgängen jeder Farbe zwei oder sogar drei Wörter zuzuordnen und später zu erinnern.

Varianten:

- Wie oben, aber die genannten Wörter werden jeweils auf einen Zettel geschrieben und unter die passende Karte gelegt. Sie dienen der späteren Selbstkontrolle.
- Erinnern in wechselnder Reihenfolge, Karten dazu immer wieder neu mischen.



MEHR ZUM THEMA

Weitere Aktivierungsangebote finden Sie in der Ideendatenbank des Portals aktivieren-plus.de