

# Bringt das Gehirn in Schwung

## Neuheiten im Test: mybraintraining Professional

Andreas Pfeiffer

Computertrainingsprogramme für kognitive Fähigkeiten sind bereits seit mehreren Jahrzehnten verfügbar. Die rasante Entwicklung des Internets schafft in jüngster Zeit auch neue therapeutische Möglichkeiten. Bei mybraintraining läuft das Training online im Browser ab. Es beinhaltet neben täglichen Tests mehr als 30 Übungen aus den Bereichen Rechnen, Logik, Gedächtnis und Sehen.

Wer „Gehirntraining mit Dr. Kawashima“ für den PC kennt, dem kommen viele Übungen und auch das Design bekannt vor. Der Hersteller BBG Entertainment hat auch mybraintraining realisiert. Die Zusammenarbeit mit dem Industry University Research Project von Prof. Dr. Kawashima schaffen die wissenschaftliche Grundlage für mybraintraining.

### Die Professional-Version macht Training individualisierbar

Zusätzlich zu diesem Angebot für den Privatnutzer gibt es jetzt auch mybraintraining Professional. Diese Version beinhaltet zusätzliche Funktionen für die Nutzung im Rahmen einer Therapie. Therapeuten können beispielsweise eigene Übungsserien zusammenstellen und diese „Trainingspläne“ Pa-

tienten zuweisen. Ein solcher Trainingsplan kann auch für mehrere Tage oder Wochen erstellt werden. Für jeden Trainingstag können die Übungen bei Einrichtung durch den Therapeuten gezielt ausgewählt werden. Bei mybraintraining Professional kann der Therapeut den täglichen Trainingsumfang festlegen, die Auswertungsmöglichkeiten sind umfangreicher. Er kann dem Patienten bis zu drei verschiedene Angebote bereitstellen, und zwar

1. einen individuell eingerichteten Trainingsplan,
2. alle 30 Übungen oder
3. tägliche Tests.

Zusätzlich kann er die Dauer des Trainings, den Schwierigkeitsgrad und die Geschwindigkeit der Übungen über die individuellen Einstellungen zum Patienten festlegen.

Das Programm besteht aus zwei verschiedenen Bereichen. Der Therapeut erhält über eine Internetadresse Zugang zu allen Einstellungen. Dort kann er neue Patienten einrichten, Übungsserien zusammenstellen und Auswertungen durchführen. Er kann auch weitere Personen einrichten, die Zugang zu diesem Bereich haben sollen – beispielsweise eigene

Mitarbeiter. Über eine andere Internetadresse können sich die eingerichteten Patienten in der Therapie und auch von Zuhause aus mit ihrem Benutzernamen anmelden und trainieren.

### Anschaffungskosten

Für mybraintraining Professional gibt es Staffelpreise, DVE-Mitglieder erhalten zehn Prozent Rabatt. Das kleinste Paket S kostet aktuell 999 Euro zzgl. MwSt. pro Jahr. Dafür kann der Therapeut 25 Anwender einrichten, wovon drei zeitgleich am Server angemeldet sein können.

Weitere Pakete sind nach Volumen differenziert in M, L, XL und XXL. Die Pakete bieten aufsteigend Möglichkeiten für mehr Anwender und mehr parallele Anmeldungen bei entsprechendem Preis.

Alle Daten werden anonymisiert auf dem Server des Anbieters gespeichert. Der Serverstandort ist Deutschland. Der Hersteller hat sich beim Datenschutzkonzept von der Universität Münster beraten lassen und stellt auf Anfrage Informationen zum Server und Datenschutzkonzept zur Verfügung.



Weitere Informationen finden Sie im Internet unter <http://mybraintraining.com/de/professional/>. Dort können Sie auch einzelne Übungen kostenlos testen.

Bezugsquelle:

BBG Entertainment GmbH

Tel.: 089/35498-100

Fax: 089/35498-499

E-Mail: [info@bbg-entertainment.com](mailto:info@bbg-entertainment.com)

## mybraintraining Professional im Test

### Der Tester

Andreas Pfeiffer engagiert sich seit vielen Jahren im Fachausschuss Technische Mittel und Medien des DVE. Am LVR-Klinikum Düsseldorf – Kliniken der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf, arbeitet er auf einer offenen allgemeinspsychiatrischen Akutstation und im zentralen Bereich Ergotherapie-Computer. Dieses ergotherapeutische Angebot, das sich an alle Abteilungen der Klinik und an ambulante Patienten richtet, setzt die Ziele mit technischen Medien um.

In den vergangenen drei Monaten haben drei Patienten über mehrere Wochen das mybraintraining getestet. Zwei Patienten sind an Schizophrenie erkrankt, ein Patient an einer affektiven Störung.

### Das Training

Die Übungen sind abwechslungsreich, durchweg anspruchsvoll und erwachsenengerecht umgesetzt. Die Patienten fanden das Design und die Übungsinhalte ansprechend und über mehrere Wochen motivierend.

Eine komplizierte Installation von Software entfällt, der Zugang zum Internet ist jedoch eine Grundvoraussetzung. Ein klarer Vorteil für die Patienten: Sie können das Training am heimischen Computer fortsetzen, der Therapeut kann es aus der Ferne begleiten. Er kann beispielsweise die Übungen, den maximalen Schwierigkeitsgrad oder die Dauer festlegen. Die ambulanten Patienten fanden das großartig und haben mit dieser Möglichkeit motiviert zwischen den Behandlungsterminen trainiert.

Die Bedienung von mybraintraining entspricht einer aktuellen Internetseitensteuerung. Zu Beginn ist diese nicht für jeden Nutzer intuitiv, aber bei Bedarf mit kurzer Einweisung durch den Therapeuten schnell vermittelt.

Manchmal konnten wir die Anleitung nicht auf Anhieb verstehen und haben dann die Möglichkeit zum Probelauf vermisst. Die Übungen laufen immer adaptiv ab. Macht der Nutzer Fehler, sinkt bei der nächsten Aufgabe der Schwierigkeitsgrad, bei Fortschritten ist es umgekehrt. Dies erscheint mir therapeutisch durchaus sinnvoll, einer Patientin missfiel dies allerdings. Eventuell wäre es sinnvoll, diesen adaptiven Ablauf durch den Therapeuten optional abschalten zu können. Auch ist die Vergleichbarkeit der Übungsergebnisse bei adaptiven Abläufen sicher komplexer.

Die Patienten fanden bei einigen Übungen die Antwortzeit zu kurz. Der Therapeut kann diese zwar über die Einstellung „Zeitfaktor“ für jeden seiner Patienten sehr fein anpassen, nicht jedoch für einzelne Übungen.

Die Dauer des Seitenaufbaus zwischen den Übungen ist abhängig von der Leistungsfähigkeit des Internetzugangs und des Rechners. Auf langsameren Geräten entsteht eine kleine Pause von wenigen Sekunden. Für das Training ist das kein Nachteil, irritierte aber die Nutzer. Wir nutzten übrigens Nettop-Rechner mit Windows 7 (Intel Atom 1,6 Ghz), Notebooks mit Windows 8 sowie ein MacBook mit OS 10 (Intel Core i7, 2.6 GHz). Auf allen Rechnern und allen verwendeten Browsern (Windows Explorer, Mozilla Firefox, Chrome und Safari) lief mybraintraining problemlos. Das Programm stellt keine großen Ansprüche an die Hardware, es lief sogar auf leistungsschwachen Geräten und mit kleiner DSL-Bandbreite gut. Ein Adobe Flash-Player muss allerdings installiert sein. Da dies bei mobilen Apple-Geräten (iPad, iPhone, iPod) nicht der Fall ist, kann man diese leider nicht verwenden.

### Die Auswertung

Der Therapeut kann den Übungsverlauf und die Ergebnisse der täglichen Tests grafisch als Kurven dargestellt abrufen. Diese Grafiken sind interaktiv – bewegt man den Mauszeiger über die Kurve, erhält man weitere Informationen. Diese Auswertungen lassen sich in verschiedene Dateiformate wie jpg oder pdf exportieren und somit auch in anderen Programmen weiterverwenden.

Die Verlaufskurven haben wir als gute Gesprächsgrundlage für die gemeinsame Auswertung des Trainings erlebt. Der Patient selbst erhält nur die Ergebnisse des einzelnen Übungstages. Hier wäre es schön, wenn der Therapeut die Option hätte, dem Patienten auch ein Feedback über den gesamten Trainingsverlauf zu geben.

Die Ergebnisse kann man mit der eigenen Datenbasis vergleichen. Eine Klassifizierung ist möglich (z.B. nach Alter und Diagnose), wenn man diese Daten bei der Einrichtung der eigenen Benutzerzugänge eingegeben hat. Ich finde einen solchen Vergleich allerdings wenig sinnvoll. In aller Regel möchten Patienten und Therapeuten die Leistungen mit „gesunden“ Menschen vergleichen. Normwerte wären für eine professionelle Nutzung eine sinnvolle Aufwertung des Programmes.

### Fazit

Wer über einen zeitgemäßen Rechner mit Internetzugang verfügt, erhält eine optisch und fachlich ansprechende Trainingsplattform ohne Installationsaufwand. Die Option, dass Patienten das Training ohne Aufwand zu Hause weiterführen können, erweitert die Therapiemöglichkeiten. Aus meiner Sicht ist dieses Programm ein Gewinn für die Ergotherapie.

### Positive Aspekte

- ansprechende Übungen mit ansprechendem Design
- schöne Ergebnisdarstellung mit guten Exportmöglichkeiten
- keine Installation von Software erforderlich
- ortsunabhängige Nutzung für Patienten und Therapeuten via Internet

### Negative Aspekte

- Paket S noch groß für Einsteiger, bei kleinen Paketen (S, M) keine Gruppentherapie möglich, wegen der Begrenzung der zeitgleich am Server trainierenden Patienten
- keine Normwerte zum Vergleich
- kein (optionaler) Probelauf vor den Übungen
- keine automatische Abmeldung im Browser (komfortabel zu Hause, in der institutionellen Nutzung problematisch)

### Preis-Leistungs-Verhältnis

Das Programm bietet ein gutes Preis-Leistungs-Verhältnis. Allerdings muss man dann mit vielen Patienten einsteigen. Schon der Preis des kleinsten Pakets ist für viele Praxen und Einrichtungen aus meiner Sicht eine Herausforderung. Ich würde mir für den Einstieg ein noch kleineres Paket wünschen. Auch erscheint mir die Begrenzung der parallel am Server angemeldeten Nutzer zu knapp. Denn in Einrichtungen wird kognitives Training auch in Gruppen oder von mehreren Kollegen parallel angeboten. Eng kann es auch werden, wenn sich zeitgleich zu einer geplanten Therapie Patienten zu Hause anmelden.