

# VIDEO ZUR RÄUMLICHEN INTELLIGENZ

## Beschreibung

Dieses kurze Video soll älteren Menschen das Konzept der räumlich-visuellen Intelligenz näherbringen.

## Benötigte Zeit



20 min

## Benötigtes Material

Das Video kann auf folgenden Geräten angesehen werden: Smartphone, Tablet, Computerbildschirm, Fernseher



## Quelle

My Training Box

## Lernziele



- Das Bewusstsein für räumliche Intelligenz schärfen
- Gespräche und Austausch zu diesem Thema anregen
- Ideen für mögliche Aktivitäten zum kognitiven Training geben

## Anleitung

- Erläuterung der Aktivität (5 Minuten)
- Ansehen des Videos (3 Minuten)
- Gespräch über das Video

## Erwartete Ergebnisse

- das Konzept der visuellen räumlichen Intelligenz verstehen
- Beispiele für Aktivitäten zur Stärkung der räumlichen Intelligenz identifizieren

## VIDEO ZUR RÄUMLICHEN INTELLIGENZ - SKRIPT

In diesem Video konzentrieren wir uns auf die visuelle oder räumliche Intelligenz. Haben Sie einen guten Orientierungssinn? Können Sie sich leicht Dinge vorstellen? Haben Sie ein visuelles Gedächtnis? Wenn ja, ist Ihre räumliche Intelligenz vermutlich gut entwickelt und Sie sind in der Lage, räumliche Strukturen, Farben und Muster schnell zu erfassen.

Die Verbesserung der räumlichen Intelligenz kann die Nutzung digitaler Hilfsmittel verbessern. Fachleute, die mit älteren Menschen arbeiten, sind der Meinung, dass die räumlich-visuelle Intelligenz mit der digitalen Kompetenz zusammenhängt. Die räumliche Intelligenz verbessert unsere Fähigkeit, uns im Raum zurechtzufinden, und verbessert das visuelle Gedächtnis. Dies kann für ältere Menschen besonders vorteilhaft sein, wenn sie auf Websites surfen oder digitale Anwendungen nutzen. Visuell-räumliche Fähigkeiten helfen bei der Navigation auf Benutzeroberflächen, einschließlich des Erkennens von Symbolen, Menüs und Seitenaufteilungen, bei der Problemlösung, der Interpretation visueller Daten, der Nutzung der Smartphone-Navigation und dem Verständnis von Online-Betrug. Personen mit hohen visuell-räumlichen Fähigkeiten bilden effiziente Erkennungs- und Abrufmuster, die eine bessere Kontrolle und Navigation im digitalen Raum ermöglichen. Im Alter nimmt die schnelle Verarbeitung dieser Muster mit der Zeit ab, und die Menschen benötigen mehr Zeit, um ein erkanntes Bild oder einen Reiz zu verstehen und darauf zu reagieren.

Auch wenn das „UX-Design“ (die Verbesserung der Benutzererfahrung in digitalen Umgebungen) große Fortschritte gemacht hat, ist es nicht immer einfach, sich in den Seiten, Menüs und Symbolen digitaler Dienste zurechtzufinden. Wenn Sie Ihre Fähigkeit verbessern, visuelle Objekte zu erkennen und sich in digitalen Umgebungen zurechtzufinden, wird Ihre digitale Erfahrung erheblich erleichtert.

Es gibt verschiedene Aktivitäten, mit denen Sie diese Intelligenz aufrechterhalten oder verbessern und Ihre Reaktionsgeschwindigkeit erhöhen können, z. B.:

- puzzeln
- Vorstellungsübungen machen („Stell dir vor, du ...“)
- Bilder und Fotos zum Lernen verwenden
- mit künstlerischen Mitteln arbeiten (malen, zeichnen, mit Filzstiften arbeiten)
- Visualisierungsübungen machen
- Filme und Videos ansehen
- Poster entwerfen, um Ideen auszudrücken
- sich mit dem „Zauberwürfel“ beschäftigen

Die Liste der Beispiele für Aktivitäten könnte endlos fortgesetzt werden und es spielt keine Rolle, welche Sie bevorzugen, solange Sie Ihre räumliche Intelligenz trainieren. Sie ist der Schlüssel zu Ihrer Fähigkeit, sich im Raum zu orientieren und Symbole und andere visuelle Objekte zu erkennen. Es wäre schade, sie nicht zu nutzen, finden Sie nicht auch? Wählen Sie die Aktivität, die Sie am meisten interessiert, und fangen Sie damit an.