

Brettspiele und Kartenspiele

Warum uns Spielen schlauer macht – und welche Spiele unser Gehirn am besten trainieren

Wer häufig Brettspiele spielt, wird schlauer. Nicht nur unser logisches Denken verbessert sich, Gesellschaftsspiele schulen quasi nebenbei auch noch andere wichtige Fähigkeiten. Wir haben auch Spieletipps einer Neuropsychologin für Sie.

Stand: 31.01.2025 | [Bildnachweis](#)



Wir lieben Gesellschaftsspiele nicht nur wegen des Vergnügens, das sie uns bereiten. Auch unser Gehirn liebt dieses Training. Kein Wunder: Wir arbeiten bei einem Brett- oder Kartenspiel, je nach spielerischem Ehrgeiz, kreativ und konzentriert an der Lösung einer Aufgabe, verfolgen dabei Strategien, müssen vielleicht während des Spiels immer wieder unsere Taktik ändern, Varianten im Kopf durchspielen – kurz gesagt: Unser Gehirn hat dabei richtig gut zu tun und das mag es sehr.

Brettspiele verbessern das logische Denken

Eine Studie an der Universität Poitiers, die im März 2023 veröffentlicht worden ist, hat die Auswirkungen von Brett- und Videospielen aufs Gehirn untersucht. Das Ergebnis bei den modernen Brettspielen, zu denen die Forscherinnen und Forscher zum Beispiel Carcassonne, Zug um Zug oder Splendor rechnen: Sie fördern die sogenannte "fluide Intelligenz", also die Fähigkeit unseres Gehirns Probleme zu lösen. Unser logisches Denken wird natürlich auch trainiert. Unser Arbeits- oder Kurzzeitgedächtnis kann sich durchs Spielen auch verbessern.

Spielen macht aber nicht nur klüger, sondern auch sozialer, denn beim Spielen lernen wir - in der Gruppe oder zu zweit - unsere Mitspielerinnen und Mitspieler besser zu verstehen und zu "lesen". Unser Einfühlungsvermögen profitiert davon.

Spiele, die das Gehirn trainieren

"Gesellschaftsspiele sind ein Leckerbissen für unsere grauen Zellen", schreibt Dr. Barbara Ritter, Neuropsychologin am Kinderspital St. Gallen, Schweiz. Sie hat eine Broschüre mit Spieleempfehlungen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene herausgegeben, gegliedert nach Alter – und nach speziellem Trainingsgebiet für unser Gehirn.

Beispiele daraus: Das Kartenspiel "Die fiesen Sieben" empfiehlt Dr. Barbara Ritter allen, die ihr Arbeitsgedächtnis verbessern wollen. Das rasante Kartenspiel "Blue Banana", bei dem man konzentriert um die Ecke denken muss, trainiert unsere Flexibilität. Wer sein logisches und strategisches Denken beweisen und verbessern möchte, der spielt "Isle of Skye", "Katarenga", "Pentago", "Die verbotene Insel" oder "Exit". Alle, die gerne Spiele spielen, die auf Zusammenarbeit basieren, kann Teamfähigkeit und Kommunikation mit "The Game" und "Belratti" optimieren. Haben Sie viel Spaß beim Spielen!

Was spielen Sie gerne mit Freunden oder der Familie? Schreiben Sie uns doch einen Kommentar. Wenn Sie unsere Tipps immer direkt auf Ihr Handy bekommen wollen, abonnieren Sie am besten unseren BAYERN 1 WhatsApp Kanal: <https://whatsapp.com/channel/0029VaHO1q96WaKjXpZjS73K>

Hören Sie in unserem Interview Podcast Blaue Couch das Gespräch mit dem unermüdlichen Erfinder und Unternehmer Horst Babinsky, auch bekannt als Mr. Squash. Den Podcast können Sie in der [ARD Audiothek](#) kostenlos downloaden und abonnieren:

- **Horst Babinsky, Unternehmer und Erfinder, "Ich scheitere täglich irgendwo einmal und dann lerne ich was dazu"**



Horst Babinsky ist auch bekannt als Mr. Squash. Er blickt zurück auf eine unglaubliche Erfinderkarriere: 43 Patente hat er bis heute angemeldet. Darunter sein revolutionärer Glas-Sportboden, auf dem Basketballer weltweit mittlerweile spielen. Warum Scheitern so wichtig ist und wie er es soweit gebracht hat, spricht er mit Moderator Thorsten Otto.

Kommentieren

Ihr Standort: BR.de | Radio | BAYERN 1 | Brettspiele und Kartenspiele Ihr Standort: BR.de | Radio | BAYERN 1 | Brettspiele und Kartenspiele

Bildnachweis