

Literatur und Erläuterungen zum Artikel von O. Gieseke et al.: „AOK-Programm „Rundum fit – auch im Kopf“ – im Test sehr erfolgreich“, erschienen in GEISTIG FIT 21, Heft 5: 2011, S. 3-7:

- [1] AOK Bayern, Zentrale Gesundheitsförderung, Nürnberg: Vitalitätstest: Basisfragebogen zu individueller Vitalität und gesundheitsförderlichen Verhaltensweisen (nicht veröffentlicht): Ratingskala mit 14 Items wie „Ich habe Freude am Leben“ oder Vieles interessiert mich“, die jeweils durch „fast immer- oft – manchmal – selten“ beantwortet werden (hierzu siehe auch 1. Grafik im Text)
- [2] Lehl S, Gallwitz A, Blaha L, Fischer B (1992) Geistige Leistungsfähigkeit. Theorie und Messung der biologischen Intelligenz mit dem Kurztest KAI. Vless, Ebersberg, 3. Aufl.
- [3] AOK Bayern, Zentrale Gesundheitsförderung, Nürnberg: Zufriedenheitsfragebogen (nicht veröffentlicht): 19 Fragen zur Zufriedenheit mit der Kursleiterin, den MAT-Übungen zu Beginn einer jeden Kursstunde, zu Kursstruktur und –inhalten, zum Nutzen der Kursthemen und zu sozialen Kontakten mit Kursteilnehmern außerhalb der Kursstunden. Pro Item gab es zwei oder drei vorgegebene Antwortmöglichkeiten wie „sehr zufrieden – zufrieden – weniger zufrieden“
- [4] Binder L M, Storzbach D , Anger W K, Campbell K A, Rohlman D S (1999) Subjective Cognitive Complaints, Affective Distress, and Objective Cognitive Performance in Persian Gulf War Veterans. Arch Clin Neuropsychol 14(6): 531-536.
- [5] Schmidt IW, Berg IJ, Deelman BG (2001) Relations between subjective evaluations of memory and objective performance. Perc & Mot Skills 90(3): 761-776.
- [6] Weiss V (2000) Die IQ-Falle: Intelligenz, Sozialstruktur und Politik. Leopold Stocker Verlag: Graz.
- [7] Cederblad M, Dahlin L, Hagnell O, Hansson K (1995) Intelligence and temperament as protective factors for mental health. A cross-sectional and prospective epidemiological study. Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci 245:11-19.
- [8] Wolinsky FD, Mahncke HW, Kosinski M, Unverzagt FW, Smith DM, Jones RN, Stoddard A, Tennstedt SL (2009) The ACTIVE cognitive training trial and predicted medical expenditures. BMC Health Serv Res. 2009; 9: 109.
- [9] Wolinsky FD, Mahncke H, Vander Weg MW, Martin R, Unverzagt FW, Ball KK, Jones RN, Tennstedt SL (2010) Speed of processing training protects self-rated health in older adults: enduring effects observed in the multi-site ACTIVE randomized controlled trial. Int Psychogeriatr 22: 470-478.
- [10] Gottfredson LS, Deary IJ (2004) Intelligence Predicts Health and Longevity, but Why? Curr Dir Psychol Sci 13: 1-4.
- [11] Lehl S, von den Driesch V (2010) Mehr Leistung und höheres Selbstvertrauen - Ergebnisse einer Studie zum Programm „Mental aktives Arbeiten im Beruf“ bei Berufstätigen ab 40. GEISTIG FIT 20 (4): 12-15
- [12] Drauschke K et al. (2011). Spitzenleistungen an Gymnasien. GEISTIG FIT 2011: 21 (2) 12-15. Hier wurde ein Zwischenstand nach einem halben Jahr mitgeteilt. Bis dahin betrug der Zuwachs der Arbeitsspeicherkapazität gegenüber dem Ausgangsniveau 30 %, einige Monate später 52 %. Letztere Ergebnisse sind noch nicht veröffentlicht.