



注意力/工作记忆训练

Cogmed 工作记忆训练是在家进行五星期的训练计划，帮助有注意缺陷的儿童、青年和成人，进行全面的训练来提高他们的工作记忆能力。工作记忆可以通过严格的和持续的精神活动来训练，结果可以明显的改善注意力和有关的认知能力。

和其他以软件为基础的训练不同的是，**Cogmed**的教练会在训练过程中监测进度，为儿童提供鼓励和意见。

研究成果支持

训练的临床研究已经公开，并经过行业专家审查，证明80%的参加者在完成**Cogmed**工作记忆训练之后，能够显著改善集中力、使用复杂的推理技巧。

计划优点

- 提高维持注意力的能力
- 改善控制冲动
- 更好的复杂推理技巧
- 学习表现更好

经过临床研究证明

Cogmed工作记忆训练经过对照控制临床研究，得到科学验证，研究结果发表在著名专业期刊，并且在几间美国著名大学持续进行研究。请参考www.cogmed.com了解细节。

Cogmed工作记忆训练的目的，并不是要取代的医疗供应商的咨询或替代医生处方的药品。结果因人而异；无法保证个人的效果或结果。

直到最近，**Cogmed**训练只有在美国、加拿大和欧洲提供。香港是继日本和新加坡后，第三个提供**Cogmed**训练的亚洲地区。

临床验证结果证明，经过训练，用户能够改善集中能力，控制冲动行为，并更好地利用复杂推理技巧。儿童训练当中，更证明能达到更高学习表现，特别是数学和阅读方面。

工作记忆

工作记忆是大脑功能之一，帮助我们暂时性存储和管理信息，让我们进行复杂的认知任务，如学习、推理和理解。工作记忆让我们短时间保存信息，一般为几秒钟，以便利用这些信息思考。在日常生活中，我们使用工作记忆执行种种任务，例如记住指示、解决问题，控制冲动和集中注意力。研究显示，工作记忆与注意缺陷和学术业绩是相关的。

计划介绍

Cogmed工作记忆训练软件由游戏开发商、心理学家和医学研究人员密切合作，特别为有注意缺陷的人士设计。**Cogmed RM®** 和 **Cogmed QM®**包括让参加者积极参与练习，练习困难程度会随着参加者改善自动提高。

进一步了解

Jadis Blurton Family Development Center 是 附 属 于 Therapy Associates (HK) Limited 的部门。

如果想参加**Cogmed** 工作记忆训练计划，请致电852-2869-1962联络我们，[或寄电子邮件到talhk@talhk.com](mailto:talhk@talhk.com)。

Jadis Blurton Family
Development Center
Therapy Associates Ltd.
香港中环兰桂坊德己立街
30-32号加州大厦12楼

电话：
852-2869-1962

传真：
852-2869-7770

电子邮件：
talhk@talhk.com

让健康的家庭
完全发挥潜力