



Foto: Shutterstock

Die Bedeutung kognitiver und co-kognitiver Fähigkeiten für das menschliche Denken und Handeln

Kognitive Fähigkeiten bilden die Grundlage unseres Denkens, Wahrnehmens und Handelns. Sie ermöglichen es uns, Informationen zu verarbeiten, Probleme zu lösen, Entscheidungen zu treffen und uns in einer komplexen Umwelt zurechtzufinden. In einer zunehmend wissensbasierten Gesellschaft gewinnen kognitive Kompetenzen an Bedeutung – nicht nur im Bildungsbereich, sondern auch im Berufsleben und im Alltag. Der folgende Beitrag beleuchtet, was unter kognitiven und co-kognitiven Fähigkeiten zu verstehen ist, welche Hauptfunktionen sie umfassen, wie sie sich entwickeln und fördern lassen und welche Rolle sie im modernen Leben spielen.

► Was sind kognitive Fähigkeiten?

Der Begriff „Kognition“ stammt vom lateinischen *cognoscere* – erkennen, erfahren oder kennenlernen. Kognitive Fähigkeiten umfassen alle mentalen Prozesse, die mit dem Erwerb, der Speicherung, dem Abrufen und der Anwendung von Wissen verbunden sind. Dazu gehören unter anderem Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Sprache, Denken, Problemlösen und Urteilsvermögen. Diese Fähigkeiten arbeiten meist nicht isoliert, sondern in einem dynamischen Zusammenspiel.

Was sind die Hauptkomponenten kognitiver Fähigkeiten?

Wahrnehmung: Die Fähigkeit, Sinnesreize aufzunehmen und zu interpretieren. Sie ist die Basis für weitere kognitive Prozesse.

Aufmerksamkeit: Die gezielte Fokussierung auf relevante Informationen bei gleichzeitiger Ausblendung von Störungen.

Gedächtnis: Die Fähigkeit, Informationen zu speichern und bei Bedarf abzurufen. Hierzu zählen Kurzzeit-, Arbeits- und Langzeitgedächtnis.

Sprache und Kommunikation: Sprachliche Fähigkeiten ermöglichen die Ver-

arbeitung, Weitergabe und Reflexion von Informationen.

Exekutive Funktionen: Dazu gehören Planung, Impulskontrolle, Flexibilität und Problemlösefähigkeit – sie gelten als Steuerungsinstanz kognitiver Prozesse.

Co-kognitive Fähigkeiten: die soziale Dimension des Denkens

Neben den klassischen kognitiven Fähigkeiten gewinnen sogenannte co-kognitive Fähigkeiten an Relevanz. Dabei handelt es sich um mentale Prozesse, die im sozialen oder kooperativen Kontext ablaufen. Die- >>

>> se Fähigkeiten ermöglichen es Menschen, ihr Denken mit dem Denken anderer zu koordinieren – etwa in Teams, Lerngruppen oder in zwischenmenschlichen Interaktionen. Co-Kognition umfasst Kompetenzen wie:

- Gemeinsame Aufmerksamkeit und geteilte Intentionalität – also die Fähigkeit, sich mit anderen auf ein gemeinsames Ziel zu konzentrieren.
- Soziale Perspektivübernahme und Empathie, um Gedanken, Gefühle und Absichten anderer zu verstehen.
- Kollaboratives Problemlösen, bei dem Wissen gemeinsam konstruiert und genutzt wird.
- Metakognition im sozialen Kontext, also das Nachdenken über das eigene und das fremde Denken.

Co-kognitive Fähigkeiten sind essenziell für erfolgreiche Teamarbeit, für kreatives Zusammenarbeiten und für das Lernen in Gruppen. Studien zeigen, dass Gruppen mit hoher co-kognitiver Kompetenz effektiver lernen, schneller Probleme lösen und resilienter auf komplexe Anforderungen reagieren können.

Entwicklung kognitiver und co-kognitiver Fähigkeiten

Die Entwicklung kognitiver und co-kognitiver Funktionen beginnt bereits im frühen Kindesalter. Während sich kognitive Grundfunktionen wie Wahrnehmung und Aufmerksamkeit stark an biologischen Reifungsprozessen orientieren, entstehen co-kognitive Fähigkeiten vor allem durch soziale Erfahrungen, Beziehungsgestaltung und Bildung. Erziehungsstile, sprachliche Interaktion und kooperative Lernsettings spielen eine zentrale Rolle. Beide Fähigkeitsbereiche können lebenslang durch gezielte Förderung gestärkt werden – etwa durch soziale Lernformen, Gruppenarbeit oder gemeinschaftsbasierte Entscheidungsprozesse.

Förderung und Training kognitiver und co-kognitiver Fähigkeiten

Kognitive Fähigkeiten lassen sich gezielt fördern – sei es durch mentales Training, Bildung oder spielerisches Lernen. Co-kognitive Kompetenzen hingegen erfordern soziale Lernkontexte: Projekte, Rollenspiele, Teamaufgaben oder gemeinsame Problemlöseaufgaben. Besonders wirksam ist das Lernen durch Interaktion,

etwa durch Diskussion, Perspektivwechsel oder Feedbackprozesse. Auch digitale Lernumgebungen mit kooperativen Elementen können co-kognitive Fähigkeiten anregen – sofern sie dialogorientiert und partizipativ gestaltet sind.

Herausforderungen und Ausblick

Im Alltag sind sowohl kognitive als auch co-kognitive Fähigkeiten unverzichtbar – sei es beim Verstehen sozialer Kontexte, beim Lösen von Konflikten oder bei der Zusammenarbeit in der Familie. Im Berufsleben gelten beide Fähigkeitsbereiche zunehmend als Schlüsselkompetenzen. In agilen Arbeitsumgebungen, im Projektmanagement oder im Innovationsbereich sind es oft gerade die co-kognitiven Fähigkeiten – wie Empathie, Teamfähigkeit und kommunikative Intelligenz –, die über Erfolg oder Misserfolg entscheiden.

Herausforderung und Ausblick

Demografischer Wandel, steigende Anforderungen und digitale Reizüberflutung stellen neue Herausforderungen dar – nicht nur für individuelle, sondern auch für co-kognitive Fähigkeiten. Soziale Isolation, oberflächliche Kommunikation oder algorithmisch gesteuerte Informationswelten können die Entwicklung dieser Fähigkeiten beeinträchtigen. Gleichzeitig eröffnen neue Formen der Zusammenarbeit, etwa durch hybride Teams oder internationale Netzwerke, Chancen für die bewusste Förderung von Kooperationsintelligenz. Bildungssysteme und Organisationen stehen vor der Aufgabe, Lern- und Arbeitswelten so zu gestalten, dass beide Kompetenzbereiche gestärkt werden.

Kognitive und co-kognitive Fähigkeiten bilden gemeinsam das Fundament menschlichen Denkens, Lernens und Handelns. Während kognitive Kompetenzen uns helfen, Informationen zu verarbeiten und Probleme zu lösen, ermöglichen co-kognitive Fähigkeiten, dies im sozialen Miteinander wirksam zu tun. Ihre Entwicklung ist sowohl individuell als auch gesellschaftlich von zentraler Bedeutung. Angesichts komplexer Herausforderungen und zunehmender Vernetzung kommt es nicht nur darauf an, intelligent zu denken, sondern auch intelligent miteinander zu denken. ■ [mm]

Literaturverzeichnis

- Anderson, J. R. (2010). *Cognitive Psychology and Its Implications* (7th ed.). New York: Worth Publishers.
- Baddeley, A. D., Eysenck, M. W., & Anderson, M. C. (2020). *Memory*. New York: Psychology Press.
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906–911.
- Graesser, A. C., Fiorella, L., & Greving, D. (2022). *The Science of Learning and Development*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hasselhorn, M., & Gold, A. (2013). *Entwicklungspsychologie: Ein Lehrbuch* (5. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2009). An Educational Psychology Success Story: Social Interdependence Theory and Cooperative Learning. *Educational Researcher*, 38(5), 365–379.
- Kopp, B., & Lange, F. (2019). Kognitive Kontrolle und exekutive Funktionen: Grundlagen, Methoden und Anwendungen. *Zeitschrift für Neuropsychologie*, 30(1), 4–18.
- Piaget, J. (1975). *The Equilibration of Cognitive Structures: The Central Problem of Intellectual Development*. Chicago: University of Chicago Press.
- Salomon, G. (Ed.). (1993). *Distributed Cognitions: Psychological and Educational Considerations*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Tomasello, M. (2014). *A Natural History of Human Thinking*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Weinert, F. E. (2001). Concept of competence: A conceptual clarification. In D. S. Rychen & L. H. Salganik (Eds.), *Defining and Selecting Key Competencies* (pp. 45–66). Göttingen: Hogrefe.