

Obsah

Předmluva	7
I. Teoretická část	9
Úvod o paměti	10
Druhy paměti	12
Kognitivní funkce	15
Paměť a kognitivní funkce ve vyšším věku	16
Psychika ve vyšším věku	18
Způsoby vyrovnávání se se změnami	20
Psychické změny ve stáří	22
Poruchy a onemocnění poznávacích funkcí (paměti)	25
Prevence poruch paměti	32
Mnemotechniky a strategie	37
II. Praktická cvičení	49
Procvičování krátkodobé paměti	50
Procvičování slovní zásoby	69
Procvičování koncentrace pozornosti	87
Procvičování logického myšlení	98
Procvičování kreativity	105
Procvičování propojení obou mozkových hemisfér	108
Procvičování zrakově prostorových schopností	114
Řešení	119
Literatura	132
Webové odkazy	133
III. Barevná příloha	135
Procvičování krátkodobé paměti	136
Procvičení koncentrace pozornosti	146
Procvičení kreativity	147
Řešení barevné přílohy	151