

Inhaltsverzeichnis

1	Die Plastizität des Gehirns	1
2	Veränderungen der kognitiven Leistungen	5
2.1	Kapazität	6
2.2	Verarbeitung	6
2.3	Tempo	6
2.4	Abruf	6
2.5	Dedifferenzierung	7
2.6	„Fluide“ und „kristalline“ Intelligenz	7
3	Didaktisch-methodische Konzepte	9
3.1	Konstruktivistische Didaktik	10
3.2	Kommunikative Didaktik	10
3.3	Neurodidaktik	10
3.4	Postulat 1: Zielgruppenorientierung	12
3.5	Postulat 2: Teilnehmerpartizipation	12
4	Planung eines Gedächtnistrainings	15
4.1	Planungsmodell	15
4.1.1	Organisation	17
4.1.2	Zielgruppen	19
4.1.3	Trainingsziele	20
4.1.4	Themen und Inhalte	21
4.1.5	Methoden und Lerntechniken	23
4.1.6	Übungsmaterial	27
4.1.7	Schriftliches Planungsraster/Dokumentation	28

5 Durchführung	31
5.1 Erste Gruppenstunde	31
5.2 Struktur der Folgestunden	33
5.2.1 Aufwärmphase	33
5.2.2 Hauptteil	34
5.2.3 Schluss	35
6 Unvorhergesehene Situationen	37
6.1 Vielredner	37
6.2 Schnelldenker	38
6.3 Außenseiter	38
6.4 Schweiger	38
6.5 „Rotkäppchen-Effekt“: vom Weg abkommen	39
6.6 Seitengespräche während Beiträgen von TN	39
6.7 Unzufriedene	39
6.8 Streiter	40
6.9 Skeptiker	40
6.10 Sehbehinderte	40
6.11 Schwerhörige	40
6.12 Verlassen der Gruppe	41
6.13 Tod	41
7 Evaluation	43
8 Hinweise für die Gedächtnistrainerin	45
Was Sie aus dem Essential mitnehmen können	47
Literatur zum Weiterlesen	49