

Vorwort

Das Fachbuch »Gedächtnistraining. Theoretische und praktische Grundlagen«, Herausgeberinnen Helga Schloffer, Ellen Prang und Annemarie Frick-Salzmann, wurde 2009 im Springer-Verlag herausgegeben. Diese Publikation richtet sich an Fachpersonen im Bereich »Gedächtnistraining«. Unter anderem enthält sie Informationen zu Gehirn, Gedächtnis und Gedächtnistraining.

Das vorliegende Buch ist eine Ergänzung zum Fachbuch, mit Übungen, die sowohl Fachleute als auch interessierte Erwachsene ansprechen sollen.

Die Übungen bauen auf erworbenem Wissen der Leser auf und regen zum Überlegen und Entscheiden an.

■ Rat

Falls Sie sich auf einem Gebiet nicht auskennen, versuchen Sie die Übung dennoch zu lösen, arbeiten Sie mit Bleistift und vergleichen Sie Ihr Resultat mit der Lösung. Wiederholen Sie die Übung zu einem späteren Zeitpunkt und überprüfen Sie Ihre Fortschritte.

Annemarie Frick-Salzmann

Gümligen, im Frühjahr 2014

Geistig vital

110 Denkübungen

Frick-Salzmänn, A.

2014, XI, 230 S. 172 Abb. in Farbe., Softcover

ISBN: 978-3-662-43755-1