

Parallelogramm	294	Dramen- und Operntitel	311
Dreierauswahl	294	Sprichwörter und Redensarten	311
Stecker	295	Sprichwörter- und Phrasensalat	312
Kurzfilm	296		
Irisblende (Bilderstufenspiel)	296	29 Allzuwörtlich	316
26 Das Hören	296	Denkgymnastik	
Melodien und Geräusche erkennen		Spiele 291 bis 330	318
Spiele 233 bis 244	297		
Kombination mit der Sprache, mit Wissensfragen, Parallelogramm und Stecker	300	SPIELE VI	
SPIELE V		30 Gut formuliert ist halb gewonnen	323
27 Aufträge	305	Ein Spiel mit Phantasie	
Heitere Spiele mit Wörtern		31 Das Kurzreferat	325
Spiele 245 bis 278	306	Hauptsache interessant und wesentlich	
28 Mach's richtig!	309	32 Mnemotechnik	328
Sich lösen von fixen Assoziationen		Erinnerungsstützen	
Spiele 279 bis 290	309	Spiele 331 bis 333	328
		33 Die Einwortdefinition	330
		Treffsichere Wortfindung	
		Neue Welten	332
		Stecker-Index	336

Vom gleichen Autor erschienen im gleichen Verlag:

KÖSTLICHES LANGES LEBEN

33.000 Auflage

„Dieses Buch konnte so glaubwürdig nur von einer Ärztin geschrieben werden. Nur sie konnte so viele Ratschläge geben. Nur sie so großartigen Trost spenden: Daß etwa der ältere Mensch weniger Pausen bei anstrengenden Denkprozessen braucht als der jüngere.“

Welt am Sonntag, Hamburg

„Ein Buch, das in seiner positiven Einstellung und dennoch unbedingten Realität den Leser gewissermaßen an die Hand nimmt und zu neuen Konsequenzen führt. Es gibt keines von anderer Seite, mit dem es zu vergleichen wäre.“

Kuratorium deutsche Altershilfe, Köln

Einleitung

Wie dieses Buch entstand 3

Gedächtnistraining – wozu?

Ein Leben lang 6

Die Fülle dieser Welt entdecken 7

Die höchste Tugend der alten Griechen 8

Fünf Ansätze des

Gedächtnistrainings:

Konzentration 10

Wortfindung 13

Merkfähigkeit 14

Reproduktion 15

Formulierung 16

Üben: wie, wann und wo? 19

Gedächtnistrainings-Kurse 21

Zehn goldene Regeln für den Mittler: 26

Mut machen 26

Erleben vermitteln 28

Spannung in Frage und Antwort bringen 30

Gruppengemäß spielen 30

Fordern – denn

Geforderte wachsen 31

Gedankensperren sofort beheben 32

Pausen einschalten 33

Nicht nur Vielwisserei prämiieren 34

Anekdoten sammeln 34

Wir alle sind Lehrer und Lernende zugleich 35

SPIELE I

1 Wissensfragen 39

Wissen sammeln und Wiedererkennen
Spiele 1 bis 15 41

2 Combi 65

Ein gleicher Buchstabe am Anfang
Spiele 16 bis 21 67

3 Such- und Steckbriefe/Stecker 80

Spannende Umschreibung – Spurensuche durch Assoziation
Spiele 22 bis 122 84
Spiele/Lösungen 132

4 Zweierauswahl/Alternative 161

Entscheiden und Beurteilen
Spiele 123 bis 128 163

5 Dreierauswahl/Toto 171

Denkbeweglichkeit
Spiele 129 bis 134 172

SPIELE II

6 Logika 195

Nachdenken – Überlegen – einen Schluß ziehen
Spiele 135 bis 159 195

7 Unter- und Überordnungen 208

Unser Denken ordnen
Spiele 160 bis 167 209

8 Unterschiede —			17 Anagramm und	
Gegensätze	213		Katagramm	247
Begriffe klären			Wortbilder entflechten	
Spiele 168 bis 172	213		und aufbauen	
9 Außenseiter —			Spiele 200 bis 203	247
Innenseiter	216		18 Das Homonym	250
Hirntraining im			Ein Wort für mehrere	
Schlußfolgern			Begriffe — Was fällt uns	
Spiele 173 bis 176	220		zuerst ein?	
10 Proportionen-Suchen	221		Spiele 204 bis 213	250
Logik und Entscheiden			19 Homophthong	254
Spiele 177 bis 178	221		Ein gleiches Wortgerüst	
11 Wer oder was bin ich?	223		Spiele 214 bis 215	254
Logisches Einkreisen der			20 Wortakrobatik	258
Begriffe — ein soziales			mit sprachlich-sachlich-	
Gruppenspiel			gebräuchlichen	
Keine überflüssigen			Assoziationen	
Fragen stellen	226		Spiele 216 bis 221	259
Nichts Unerrätbares ins			21 Vier W-Fragen	261
Spiel bringen	227		Zusammenhänge	
12 Vier Köpfe	229		erfassen und erinnern	
Assoziationen bilden —			Spiele 222 bis 223	261
ein Turnierspiel			SPIELE IV	
Spiele 179 bis 181	231		Das Sinneskonzert	265
SPIELE III			22 Das Geschmackskonzert	266
13 Summenrätsel	235		Spiel 224	266
Begriffe suchen, die			23 Das Geruchsgedächtnis	267
eine vorgegebene			Spiel 225	268
Bedingung erfüllen			24 Das Tastspiel	269
Spiele 182 bis 187	235		Spiel 226	269
14 Zuordnen/			25 Bilder erraten	270
Parallelogramm	238		Schauen lernen und	
Zusammenhang-Denken			benennen	
und Kombination			Die Farbbilder	271
Spiele 188 bis 195	239		Spiel 227	271
15 Wortpaare und			Farbbild-Serie	273
Sprichwörter	243		Die Schwarzweißbilder	290
Gedächtniskramen —			Spiele 228 bis 232	290
leicht und locker			Auswahlkriterien	291
Spiele 196 bis 197	243		Umwandlung in andere	
16 Dreieck	245		Spiele	293
Verhältnis dreier				
Begriffe klarstellen				
Spiele 198 bis 199	245			