

# PAMIĘĆ PROSPEKTYWNA (PROWADZĄCY)

## Arkusze zadań



**RETORE**  
REMEMBER TO REMEMBER



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

# PAMIĘĆ PROSPEKTYWNA (ADMINISTRATOR)

## Uwagi dla Prowadzącego

Życie codzienne stawia przed człowiekiem różnorodne wymagania, uwarunkowane realizacją różnorodnych, złożonych zadań. Wymagania te obejmują zdolność przewidywania, planowania, koordynowania i wdrażania rozwiązań w określonym czasie odpowiednim momencie w przyszłości, zwykle w obliczu innych bieżących działań. Proces ten jest określony jako pamięć prospektywna. Stabilne działanie pamięci prospektywnej wpływa na efektywną orientację w życiu codziennym i niezależności jednostki. I odwrotnie, trudności z potencjalnymi pamięć może prowadzić do problemów w funkcjonowaniu społecznym, edukacji, zatrudnieniu itp. Proces stosowania pamięci prospektywnej składa się z czterech etapów: 1) formowania i kodowania intencja; 2) odroczenie zamiaru ze względu na zajęcie się innym bieżącym zadaniem; 3) hamowanie i przejście od trwającego zadania do wznowienia zamiaru w zaplanowanym czasie w przyszłości; i 4) ostateczne wykonanie zamierzenia.

Na poziom trudności poznawczej zadań wpływa wiele czynników. Należą do nich kierunek uwagi, subiektywnie postrzeganej ważności przyszłego zadania oraz zakresu indywidualnego różnice na przykład w funkcjach wykonawczych, poznaniu społecznym i innych dziedzinach. Ogólnie rzecz biorąc, przyszłe zadania są podzielone na dwie kategorie w zależności od rodzaju wskazówki, kiedy intencją jest przywołanie i wykonanie, tj. albo w określonym czasie (pamięć prospektywna oparta na czasie) lub w konkretnym wydarzeniu (pamięć prospektywna oparta na zdarzeniach). Uważa się, że najbardziej istotne są wskazówki oparte na czasie wymagający poznawczo dla jednostek, biorąc pod uwagę, że w przypadku braku zewnętrznej wskazówki lub bodźca, jeden musi opierać się wyłącznie na procesach wewnętrznych i musi regularnie kontrolować czas, co wymaga stałej zaangażowanie kontroli wykonawczej.

Pod względem poprawy wydajności pamięci prospektywnej i zmniejszenia codziennych trudności – tak zasugerowali, że trening wyszukiwania bodźców w pamięci roboczej może przynieść korzyści nie tylko dzieciom specyficzne trudności w uczeniu się, czyli ASD, ale w zasadzie wszyscy.

## Zasada zadania

W przedstawionych zadaniach perspektywnych połączono zadania podstawowe i zadania perspektywiczne. Zasada opiera się na założeniu, że procesy zapośredniczone frontalnie (kontrola wykonawcza) wpływają na perspektywę wydajność pamięci jest silniejsza niż procesy, w których pośredniczy czas (pamięć retrospektywna). Zatem komponenty poznawcze inne niż sama pamięć prospektywna są wybierane jako zadania tła. Dlatego zadania ćwiczące uwagę, pamięć roboczą, zmianę zestawu itp., przede wszystkim z arkusza ćwiczeń zadania związane ze szkoleniem na stanowiskach wykonawczych, są uwzględnione w szkoleniu.

Podczas szkolenia administrator przydziela zadania w tle i monitoruje postęp Potencjału Zadanie Treningu Pamięci. Jeśli klient nie pamięta co dalej robić, administrator oferuje częściowe wskazówki. Na początku każdego zadania Klient otrzymuje Mapę i czyta zadanie, którego dotyczy to zadanie. Administrator na bieżąco sprawdza, czy klient wszystko zrozumiał i udzielił odpowiedzi jakiegoś pytania.

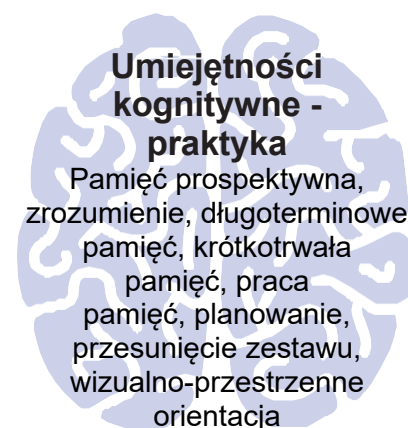
# PAMIĘĆ PROSPEKTYWNA (ADMINISTRATOR)

## Edukacja dla Uczestnika

Nasze codzienne życie jest pełne wyzwań i różnorodnych zadań. Częścią tych zadań jest umiejętność planowania działań a także pamiętać, aby zrobić to we właściwym czasie w przyszłości. W życiu codziennym często o tym zapominamy na przykład odrobić lekcje drugiego dnia szkoły, ponieważ treningi piłki nożnej kończą się późno popołudnie. Albo nasi rodzice planują nieoczekiwane obowiązki, które odrywają nas od pierwotnych spraw planowana działalność. Ale te luki w pamięci prospektywnej mogą mieć również poważniejsze konsekwencje, takie jak zapomnienie o zażyciu regularnych leków lub zapomnienie o wyłączeniu żelazka lub innego urządzenia elektrycznego urządzenie. Dobra wydajność pamięci prospektywnej jest zatem niezbędna w życiu codziennym poważne problemy z pamięcią prospektywną mogą prowadzić do problemów w przyszłym samodzielnym życiu lub nawet zatrudnienie.

### Wymagane narzędzia

- Arkusze zadań Uczestnika
- Arkusze Administratora
- Artykuły papiernicze



Finansowane przez Unię Europejską.

Wyrażone poglądy i opinie są jednak wyłącznie poglądami autora(-ów).

i niekoniecznie odzwierciedlają te obowiązujące w Unii Europejskiej

lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA).

Ani Unia Europejska, ani EACEA nie mogą ponosić za nie odpowiedzialności.



**RETORE**  
REMEMBER TO REMEMBER



Dofinansowane przez  
Unię Europejską