

## **Abstrakt**

**Úvod:** Vliv kognitivního tréninku na kognitivní výkon je v zájmu výzkumníků již dlouhá léta. Tréninky jsou nejčastěji zaměřeny na pozornost, pracovní paměť či exekutivní funkce, které jsou ovlivněné věkem. Cílem bývá nejenom ověřit, zda je možné zlepšit výkon v trénované úloze, ale i v jiných netrénovaných úlohách, u kterých se předpokládá propojení s trénovanou úlohou. S ohledem na stárnutí populace jsou tyto intervence čím dál častěji zaměřeny na starší populaci.

**Cíl:** Studie popisovaná v disertační práci se zaměřuje na zjištění efektů tréninku vizuální selektivní pozornosti a pracovní paměti prostřednictvím aplikace Filter It – naše verze kanonické verze Change Detection Task (CDT) pro mobilní zařízení – tablet.

**Metoda:** Zkoumaný soubor zahrnoval 62 starších osob ve věku 60-75 let, které byly dle blokované randomizace rozděleny do experimentální a aktivní kontrolní skupiny. Experimentální skupina trénovala prostřednictvím aplikace Filter It, aktivní kontrolní skupina absolvovala trénink pomocí aplikace Clouds. Cílem bylo změřit efektivitu 6týdenního vizuálního adaptivního tréninku CDT administrovaného na tabletu, a to ve smyslu specifického tréninkového efektu (Filter It – paradigma Barvy a Tvary) a efektu transferu na měřítko pracovní paměti (Řazení písmen a čísel, Visual Patterns Test) a exekutivní kontroly (Pražský Stroopův Test, Test cesty).

**Výsledky:** Starší jedinci byli schopni zlepšit svůj výkon v trénovaném i netrénovaném úkolu Filter It, přičemž toto zlepšení přetrvalo i dlouhodobě (tj. s odstupem 6 měsíců). Experimentální skupina dokázala zlepšit svůj výkon v měřítku inhibiční kontroly (PST-C), avšak evidence pro tento efekt byla pouze anekdotická a v čase nepřetrvala. Efekt transferu na pracovní paměť a exekutivní kontrolu nebyl prokázán, a to bezprostředně ani s časovým odstupem.

**Závěr:** Práce se svými výsledky řadí mezi studie dokládající schopnost zlepšení výkonu v trénovaných kognitivních úkolech ve starším věku.

**Klíčová slova:** stárnutí, pracovní paměť, selektivní vizuální pozornost, exekutivní funkce, Change Detection Task, kognitivní trénink.