

ЗМІСТ

Передмова лауреатки Нобелівської премії Мей-Брітт Мозер	11
ТИ — ЦЕ ТВІЙ МОЗОК	15
1. (Р)ЕВОЛЮЦІЯ ДУМКИ	19
Стародавній мозок, або мозок рептилій	20
Мозок ссавців	22
Геніальні мавпи	23
Чому просто мати великий мозок недостатньо?	25
Ще не готові діти	26
Розум — це мистецтво	27
Від верхівок дерев до Gullrekka	28
Місце для всього	29
Не сильніші, проте розумніші	31
2. У ПОШУКАХ ВЛАСНОГО «Я»	33
Місце душі	34
Лобна частка	36
Диригент лобної частки	36
Місце особистості не лише у лобній частці	37
Розщеплення мозку — роздвоєння особистості?	39
Доктор Джекіл та містер Гайд	41
Ви можете трохи... змінитися	41

Мозок стада	42
Чи може особистість занедужати?	45
Психологічне — це й фізичне	46
Чи є у тварин особистість?	48
Тестування особистості	49

3. ПАМ'ЯТЬ ТА НАВЧАННЯ **51**

Короткочасна пам'ять	52
Довготривала пам'ять	54
Гіпокамп і його друзі	55
Запам'ятати на майбутнє	58
НАВЧАННЯ	59
Собаки, що слиняться, і клоуни	60
Заучування	62
ЗБЕРІГАННЯ	64
Від побачення до постійних стосунків	64
Містер LTP власною персоною	67
Біла — найвідоміша	68
Міф про десять відсотків	69
Необмежені можливості зберігання	70
СПОГАДИ	71
Як пам'ятати краще	73
Запам'ятовуй через нюх	75
Затьмарення	77
Деменція — це ураження мозку	78
Містер Appelsine	80
Фальшиві спогади	81
Цінуй свою забудькуватість	82

4. НАВІГАЦІЙНА СИСТЕМА МОЗКУ	85
Сітки координат	87
Ви зараз тут	87
Карта й компас	89
Уже не сюди	91
Автомобіль Фреда Флінстоуна	92
GPS мозку — це не лише скронева частка	93
Чоловіки знаходять шлях краще, ніж жінки?	94
Тренований мозок водіїв таксі	95
Як досягти кращої орієнтації у просторі?	96
5. ЧУТЛИВИЙ МОЗОК	99
Відчувайте мозком	101
Сміх — це щастя	105
Поганий настрій — погане самопочуття...	106
Зелений монстр мозку	109
Секс для мозку	109
Дух переможця	111
Сердиті переможці	114
Стрес шкодить мозку	115
Страх перед страхом	118
Кохати мозком	120
6. ІНТЕЛЕКТ	125
IQ	126
Високий IQ: ну то й що?	129
Довгий череп і короткий череп	131
Спадковість чи середовище?	133
Запорука успіху	135
Штучний інтелект	136

7. БАГАТОЗАДАЧНІСТЬ	139
8. КУЛЬТУРА © МОЗОК	141
Разом ми сильніші	142
Соціальні структури	143
Суспільний код	145
Креативний мозок	146
Ефект Моцарта	148
Бог Всемогутній	152
Різні культури, подібні історії	153
Зрозуміти абстрактне	154
Божевільний чи геній	154
9. ЇСТИ МОЗКОМ	157
Спадковий спосіб харчування	158
Їжа та секс	158
Мозок у захваті	159
Доза солодкого	161
Маркетингові стратегії знаються на нейробіології	162
Реклама	164
Прикрашена їжа	166
Штучний підсолоджувач не обдурить мозок	167
Залежні від солодкого ще в утробі матері?	167
Їжа для мозку	169
Дієти	170
10. НАРКОТИКИ	173
Залежність	174
Кава	175
Кокаїн і амфетамін	176

Нікотин	177
Алкоголь	178
Ендорфін, морфін та героїн	181
Гашиш	182
11. РЕАЛЬНІСТЬ І СПРИЙНЯТТЯ	185
Принюхайтеся краще	186
Труднощі зі смаком	187
Хрусткий смак	187
Смак червоного	187
Те, чого ви не відчуваєте	188
Вибірковий слух	188
Світ без глибини й контрасту	189
Для чого полювати на кроликів?	191
12. СПРИЙНЯТТЯ В ДІЇ	193
Інфрачервоне й ультрафіолетове світло	193
Розпізнавання облич	194
Кольоровий післяобраз	195
#TheDress	196
13. ПОДАЛЬШИЙ ШЛЯХ	197
Подяки	201
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ	205
Про K.Fund Books	221