

Descubre las claves que te ayudarán a aprender más con menos esfuerzo.

Una obra útil, amena y reveladora sobre cómo nuestro cerebro absorbe y retiene la información.

“Aprender a aprender es algo más que un nuevo enfoque del aprendizaje; es una guía para sacar el máximo partido a la vida.”

SCIENTIFIC AMERICAN

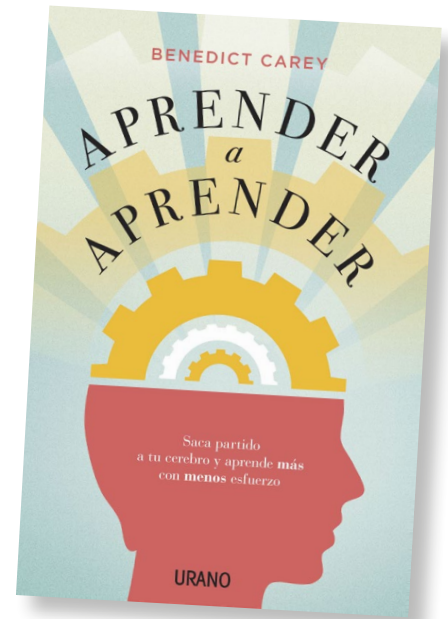
Benedict Carey, reconocido periodista científico cuyo trabajo ha sido galardonado con numerosos premios, desafía en esta obra las teorías tradicionales acerca de la memoria y la adquisición de conocimientos. Aplicando los últimos descubrimientos en materia de psicología cognitiva al campo de la pedagogía Carey nos revela en *Aprender a aprender* todo lo que necesitamos saber para absorber y retener la información. “La clave no está en las horas invertidas, sino en estudiar de forma más inteligente”, explica el autor.

A diferencia de lo que siempre nos han dicho, para aprender no hace falta una férrea autodisciplina, ni evitar por completo las distracciones, ni siquiera encerrarse en una zona destinada al estudio. En realidad, el cerebro humano es un órgano complejo y dinámico, cuya capacidad de aprendizaje no depende de las horas invertidas. Los estudiantes, nos recuerda Carey, no son autómatas. Sencillas estrategias como alternar materias, cambiar de escenario, distraerse cada cierto tiempo o incluso soñar despiertos son gestos naturales que incrementarán nuestra creatividad y capacidad de retención.

Con abundantes ejemplos y evidencias clínicas, Carey nos ofrece un completo manual sobre los procesos cerebrales que intervienen en la adquisición de conocimientos así como útiles estrategias para poner a las caprichosas neuronas a trabajar para nosotros. Un método natural, relajado y placentero para aprender más y mejor a cualquier edad.

Todos podemos llegar a ser una de esas personas que aprenden casi sin esfuerzo. Este libro nos brinda las herramientas que necesitamos para conseguirlo.

- Un enfoque novedoso respecto al proceso de aprendizaje que desmonta mitos sobre las condiciones más favorables para el estudio.
- Una guía práctica, divertida y fascinante, que no solo cambiará nuestra forma de enfocar el estudio... sino todas las facetas de nuestra vida.



Benedict Carey

Es un reconocido periodista científico, cuyo trabajo ha sido galardonado con numerosos premios. Desde 2004, colabora con *The New York Times*. Se licenció en matemáticas por la Universidad de Colorado, Estados Unidos, y más tarde realizó un máster en periodismo. Lleva veinticinco años escribiendo sobre ciencia y salud.

APRENDER A APRENDER Benedict Carey

Sello: Urano
Colección: Crecimiento persona
P.V.P.: 17€ • 288 páginas
Lanzamiento: junio de 2015