

Paraninfo

Los 21 hábitos del estudiante efectivo



Editorial: Paraninfo

Autor: SERGIO MORENO RODRÍGUEZ

Clasificación: Universidad > Consulta y apoyo, estudios generales y destrezas de estudio

Tamaño: 17 x 24 cm.

Páginas: 96

ISBN 13: 9788428342827

ISBN 10: 8428342822

Precio sin IVA: 18,75 Eur

Precio con IVA: 19,50 Eur

Fecha publicación: 19/02/2019

Sinopsis

El objetivo del presente libro es introducir a estudiantes de Bachillerato y etapas educativas posteriores en las habilidades que tiene que desarrollar para alcanzar el éxito, mejorar su eficacia y gestionar el tiempo y el esfuerzo de manera productiva. Se ofrecen además técnicas concretas de comprensión de textos, subrayado, organización de la información, organización del tiempo, memoria, motivación y autoestima para el estudio.

Sergio Moreno es formador y psicólogo afincado en Madrid y experto en desarrollo de habilidades (comunicación, asertividad, gestión del tiempo, ventas y atención al cliente, creatividad, lectura rápida, etc.).

Tiene a su cargo gran número de cursos intensivos de Técnicas de Estudio, Motivación y Autoestima, que imparte tanto en su propio centro como en otros centros educativos, ayuntamientos y asociaciones de toda España. Su pasión por el sector educativo le llevó a crear la marca Instituto Serves, www.institutoserves.com, empresa de servicios educativos dedicada a la formación de padres, alumnos y profesores. En ella trabaja para mejorar las capacidades de aprendizaje de alumnos de todas las edades. Igualmente, ha diseñado e impartido formación para empresas públicas y privadas, así como para otros formadores.

Índice

Hábito 1: Aprovecha tus estilos de aprendizaje

Hábito 2: Potencia tu comprensión lectora

Hábito 3: Subraya como un experto

Hábito 4: Crea mapas mentales

Hábito 5: Resume con método

Hábito 6: Crea mapas conceptuales

Hábito 7: Diseña tus objetivos

Hábito 8: Planifica

Hábito 9: Gestiona tu tiempo

Hábito 10: Alimenta tu memoria

Hábito 11: Lee, lee, lee

Hábito 12: Lee más rápido

Hábito 13: Toma apuntes con método

Hábito 14: Alimenta tu cuerpo

Hábito 15: Alimenta tu creatividad

Hábito 16: Recupera tu autoestima

Hábito 17: Redecora tus creencias

Hábito 18: Aprende a centrar la atención y a potenciar la concentración

Hábito 19: Descubre qué te motiva

Hábito 20: Persiste

Hábito 21: Controla el estrés

Bibliografía

Ediciones Paraninfo S.A. Calle José Abascal, 56 (Utopicus). Oficina 217. 28003 Madrid (España)

Tel. (+34) 914 463 350 Fax

info@paraninfo.es www.paraninfo.es