

PAMIĘĆ

Przewodnik
technik
doskonalenia
Carol Turkington

Książka Audio 1 CD - MP3

Pełen tekst książki

czytany przez aktora

Oryginalny tytuł:

Memory. A self teaching guide

Czyta: Grzegorz Widziszewski

Przekład: Izabela Pogracka-Michalak

Całkowity czas: 5 godzin 44 minuty

Patronat:



Co zyskujesz po przesłuchaniu tej książki?

DOWIESZ SIĘ JAK DZIAŁA PAMIĘĆ

NAUCZYSZ SIĘ ĆWICZEŃ USPRAWNIAJĄCYCH TWÓJ MÓZG

POZNASZ KLUCZOWE POJĘCIA DOTYCZĄCE PAMIĘCI

ODKRYJESZ TEMPO WŁASNEJ NAUKI

ZNAJDZIESZ NIEOCENIONĄ POMOC PRZY NAUCE DO EGZAMINÓW, TESTÓW, ITP.

ZACZNIESZ LEPIEJ ZAPAMIĘTYWAĆ TWARZE, NAZWISKA, PRZEMÓWIENIA

POZNASZ I ZROZUMIESZ, NA CZYM POLEGAJĄ NAJLEPSZE TECHNIKI

ZAPAMIĘTYWANIA

CAROL TURKINGTON

podaje ćwiczenia pobudzające pamięć związaną z umiejętnościami uczenia się. Przedstawione techniki umożliwią każdemu, bez względu na wiek, zwiększenie siły zapamiętywania – dzięki wykorzystywaniu kluczy do pamięci zaprezentowanych przez autorkę – rozwinięcie narzędzi do lepszego zapamiętywania, które będzie trwać przez całe życie. Materiały przedstawione są krok po kroku, w łatwej do zrozumienia formie, a konstrukcja książki jest jasna i w pełni przystępna.

Ludzie często mówią o pamięci tak, jakby była rzeczą, jak bolące kolano, czy bujna czupryna, ale w rzeczywistości pamięć nie funkcjonuje w taki sam sposób, w jaki funkcjonują przedmioty. Pamięć odnosi się raczej do procesu zapamiętywania.

Carol Turkington jest pisarką zajmującą się tematyką zdrowia i psychologii, napisała ponad dwadzieścia pięć książek. Pisała do gazet, spędziła także trzy lata jako autor/redaktor medyczny w Duke University Medical Center i pięć lat jako starszy autor w zakresie psychologii klinicznej Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego w Waszyngtonie.