

MEJORA EN TODO



Young, Scott H.

SINOPSIS

¿Por qué es tan difícil aprender nuevas habilidades? En su nuevo libro, Scott H. Young, autor best seller de *Ultralearning*, ofrece 12 máximas sencillas para acelerar tus objetivos y mejorar en todo lo que te propongas. La vida gira en torno al aprendizaje, pero no siempre es fácil. En ocasiones, desarrollar un nuevo conocimiento o habilidad parece sencillo; otras veces, sin embargo, por más que nos esforcemos, no obtenemos los resultados esperados. Décadas conduciendo un automóvil, tocando un instrumento o golpeando una pelota no nos hacen necesariamente mejores en estas actividades. La mejora puede resultar esquivia, si es que llega. Scott H. Young, autor best seller de *The Wall Street Journal*, ha dedicado su vida a estudiar el proceso del aprendizaje, y en este libro explica a fondo tres factores clave para aprender de manera efectiva: * Observar: Aprender de otros facilita y acelera la mejora. * Actuar: La práctica deliberada es esencial para dominar cualquier habilidad. * Validar: El progreso requiere un ajuste constante en función de la experiencia y los resultados. A partir de investigaciones y casos reales, Young desglosa estos elementos en 12 máximas sencillas que te ayudarán a aprender más rápido y mejor, tanto si te estás preparando para un examen, como si quieres adquirir una nueva habilidad en el trabajo o si buscas superarte en aquello que te apasiona. Lo que dicen los expertos:

«La capacidad de aprender cosas difíciles de manera eficiente es como un superpoder. En este libro, increíblemente ingenioso, Scott H. Young revela justo cómo obtenerlo».

Cal Newport, autor de *Minimalismo digital* y *Céntrate (Deep Work)* «Young desglosa la ciencia del aprendizaje en consejos prácticos. Una lectura obligada para cualquiera que desee dominar su oficio».

Nir Eyal, autor best seller de *Indistractable* «Mejora en todo es una masterclass de aprendizaje acelerado y efectivo. Una guía indispensable para dominar esa habilidad en un siglo XXI sacudido por el cambio y la incertidumbre».

Tiago Forte, autor de *Crea tu segundo cerebro* «Repleto de...



Editorial	CONECTA
Materia	DESARROLLO PERSONAL
EAN	9788418053771
Status	Disponible
Páginas	352
Tamaño	230x150x23 mm.
Precio (Imp. inc.)	21,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	12/06/2025