

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 esquiva, 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».

Tieago Forte, autor de Crea tu segundo cerebro «Repleto de...