

Potencia tu concentración, fortalece tu memoria,
descubre cómo organizarte

BERNABÉ
TIERNO

*Las mejores técnicas
de estudio*



CONSIGUE
EXCELENTE
RESULTADOS
Y APRENDE
SIN ESFUERZO

Fecha de publicación:
25/09/2012

Sello Editorial:
Ediciones Martínez Roca

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email: lfernandez@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Teléfono: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Teléfono: 91 423 03 78

Email: lpaunero@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Las mejores técnicas de estudio

Bernabé Tierno

El psicólogo Bernabé Tierno nos da las claves para sacar el máximo partido a nuestro tiempo de estudio.

El psicólogo Bernabé Tierno nos da las claves para sacar el máximo partido a nuestro tiempo de estudio.

¿Eres estudiante y no obtienes de tu esfuerzo la recompensa deseada? ¿Te gustaría aprender a planificar tu tiempo o contar con métodos con los que preparar exámenes? ¿No te gustaría recibir consejos para llevar al día las materias o conocer fáciles ejercicios con los que potenciar tu memoria?

El experto psicopedagogo Bernabé Tierno, ha corregido y actualizado esta obra de referencia en el mundo de la pedagogía, para transmitir, a parte de unas contrastadas técnicas de estudio, una serie de valores que ayudarán al estudiante en su desarrollo personal y académico: reglas para tomar apuntes, ejercicios para mejorar la velocidad de lectura, claves para potenciar la memoria y la concentración, el estudio diferenciado o por materias, remedios para la distracción, preparación de oposiciones.

Alumnos de primaria, secundaria, bachillerato, universitarios y opositores se beneficiarán con esta obra, clara, práctica y eficaz. También padres y profesores que quieran ayudar a sus hijos y alumnos a obtener el éxito.



Bernabé Tierno

BERNABÉ TIERNO es psicólogo, pedagogo y escritor. Ha recibido la Medalla de Honor del 50 aniversario de Unicef (1996), el Premio Paz del Mundo como impulsor de los valores humanos (1997), el Premio Aula de Paz, otorgado por la escuela asociada a la Unesco Aula de Paz Camín de Mieres, del Principado de Asturias (2000), el Premio de la Asociación Española de Fabricantes de Juguetes (AEFJ) por su apoyo y defensa del juguete (2005) y el Premio Estrella Intercoiffure Valores Humanos (2010).

Colaborador habitual en distintos medios de comunicación y conferenciante infatigable, es autor de numerosas obras, entre las que cabe destacar las publicadas en esta editorial: *Saber educar*, *El psicólogo en casa*, *Abiertos a la esperanza*, *La fuerza del amor*, *Psicología práctica de la vida cotidiana*, *Conseguir el éxito*, *Aprobar el curso*, *Cartas a un psicólogo*, *Respuestas prácticas a los nuevos problemas de los españoles*, *Hoy, aquí y ahora: estás a tiempo de ser feliz*, *Aprendo a vivir*, *La educación inteligente*, *Las mejores técnicas de estudio*, *Optimismo vital: manual completo de psicología positiva*, *Los pilares de la felicidad: 30.000 días para una vida en plenitud*, *Poderosa mente* y *Sabiduría esencial: el juego de la vida exprimido para ti*.

Sus **últimas obras** publicadas son *Espiritualmente*, *El triunfador humilde* y *Kárate mental*.