

Bibliografía: «Técnicas de Estudio» (II)

● Recensión especial de libros enviados por Editoriales a nuestra Redacción de PADRES y MAESTROS.

«EL MECANISMO DE LA PERSUASION»

Por Michel y Françoise Gauquelin
Ediciones Mensajero
Bilbao

¿Es Ud. una persona que persuade a los demás o, por el contrario, una persona que se deja persuadir? El test que abre este libro se lo dirá. La persuasión se aprende. Esta obra no sólo desmonta el mecanismo de la persuasión y expone las últimas investigaciones sobre las leyes que la rigen, sino que proporciona también todos los «trucos» que pueden convertirle en un persuasor. En este libro aprenderá a convertirse en líder de un pequeño grupo; a vender productos; a utilizar los mass media; a hacer propaganda y preparar un discurso de tipo político. Si sigue las técnicas y los numerosos consejos prácticos que se desarrollan en el curso de esta obra, Ud. podrá convertirse fácilmente en un «persuasor».

«LOS SECRETOS DE LA COMUNICACION EFICAZ»

Por Francois Richaudeau
Ediciones Mensajero
Bilbao

El autor de esta obra es un experto en métodos de lectura rápida y de «legibilidad» o capacidad de comprensión de un texto de lectura. Pone al descubierto unas leyes desconocidas para los profanos —e incluso para la mayoría de los pedagogos— pero que constituyen la base del comportamiento que observa tanto el que habla o escribe como el que escucha o lee.

Las teorías o enunciados científicos van acompañados de ejercicios prácticos, y el conjunto está precedido de un test gracias al cual el lector puede descubrir cuál es su grado de comunicabilidad.

«ENTRENAMIENTO PARA LA LECTURA RAPIDA Y EFICAZ»

Por Maurice Guidici
Edit. Mensajero
Bilbao

El hombre moderno tiene que leer mucho: periódicos, informes, correspondencia, libros de texto, de ampliación cultural, de pasatiempo. Quiera o no quiera, tiene que enfrentarse con la lectura. Y la lectura es una técnica que puede dominarse mejor o peor, y que siempre puede perfeccionarse.

En este libro encontramos importantes orientaciones teóricas y prácticas para aprender a leer de un modo más racional, para distinguir lo esencial de lo accesorio, para prescindir de lo superficial y seguir el pensamiento del autor mediante anotaciones, o reteniendo en la mente lo que nos interesa retener.

«SABER GANARSE AMIGOS»

Por Jean Jouanne
Edit. Mensajero
Bilbao

La soledad es el mal de nuestro tiempo. Echamos la culpa de esto, con razón, a la vida moderna y su ausencia de humanidad. Pero si de verdad deseamos tener amigos, y encontramos dificultad para ello, es que en nosotros hay algo que no marcha, ¿será nuestra timidez, nuestro orgullo, nuestra torpeza o nuestro egoísmo? La verdad es que la amistad no es desinteresada y que, para recibir hay que saber dar algo de lo nuestro. Hay que saber dar nuestro propio tiempo, nuestro afecto, nuestra comodidad. La comunicación con los demás se inicia con la buena voluntad y el tacto.

En este libro, moderno y práctico, se tratan todos esos problemas. Se tienen en cuenta los datos de la ciencia psicológica, principalmente en lo relativo a la agresividad y la dinámica de grupos.

«ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA»

Por H. Th. Jüchter
Edit. Mensajero
Bilbao

¿Cuántos datos retenemos de los muchos que nos llegan a lo largo de cada día? Una buena memoria es un utensilio valiosísimo en la vida moderna. Y la capacidad de retención de nuestra memoria se puede cultivar. En este libro hay técnicas para adiestrar la memoria y aumentar su poder de retención. Para retener lo importante hay que saber olvidar rápidamente lo que carece de importancia. Este proceso selectivo puede mejorarse con un adiestramiento adecuado.

El autor de este libro es director de la Escuela Superior de Wuppertal y viene ocupándose con éxito desde hace mucho tiempo en la formación y capacitación de adultos. Esta larga experiencia y sus publicaciones hacen de él una de las figuras más destacadas en el campo de la teoría y de las técnicas de aprendizaje.

«LA DINAMICA MENTAL. El desarrollo de las facultades paranormales»

Por Christian H. Godefroy
Edit. Mensajero
Bilbao

La mayoría de nosotros hemos perdido contacto con nuestros poderes psíquicos. Sin embargo, todos poseemos facultades paranormales y todos tenemos a nuestro alcance recursos para desarrollarlos.

El autor de este libro ha introducido en Francia un método de autorrealización inspirado en la sofrología, al que denomina «dinámica mental» y que permite a quienes lo deseen sacar un mayor

partido de sí mismos. Entrenados en la dinámica mental podemos mejorar nuestro equilibrio, adquirir una memoria más fiel, una creatividad más rica, una concentración más eficaz. De un modo notable podemos desarrollar todo un potencial que conservamos sin emplear.

«CONOCIMIENTO Y DOMINIO DE LA MEMORIA»

Por Paul Chauchard
Edit. Mensajero
Bilbao

¿Qué es la memoria, esa facultad caprichosa de la que nos quejamos en repetidas ocasiones? En realidad, todos los acontecimientos son registrados en el recuerdo, memorizados. Afirmar «yo no tengo memoria», equivale a decir: «No sé servirme de mi memoria».

El autor de «Conocimiento y dominio de LA MEMORIA» explica en esta obra cómo poner nuestra memoria en condiciones y cómo ejercitarla mediante una serie de «gamas» que se pueden repetir sin cesar. Pero la memoria no se reduce sólo a eso. Esta obra comienza por una parte científica que expone el funcionamiento de los circuitos cerebrales por los que pasa la memoria y su papel en la evolución de todo el organismo humano. Se trata ante todo de un libro práctico pero apoyado sobre conocimientos profundos.

«EFICIENCIA SIN FATIGA»

Por Narciso Irola
Ediciones Mensajero

Vivimos en una era de realizaciones y adelantos portentosos en las ciencias, en la industria, en la medicina. Sin embargo, nuestro siglo es también una era de agotamiento, de excesiva fatiga y profunda frustración entre nuestra élite intelectual. Muchas personas quisieran conocer más a fondo el funcionamiento de sus facultades, para rendir más fatigándose menos.

En este libro, el autor no pretende aportar nueva luz a la Psicología o Pedagogía, sino recoger en forma clara, breve y sencilla algunas normas prácticas que nos ofrecen estas ciencias y la fisiología para producir más, con mayor agrado y menor fatiga, cuando estudiamos, leemos, escribimos, oramos, enseñamos o planeamos.

«CONOCER A LOS OTROS»

Por Michel Gauquelin
Edit. Mensajero

Durante mucho tiempo se ha creído que el arte de conocer a los otros estaba reservado a los especialistas. Pero, gracias a los considerables progresos realizados en los últimos años por la psicología

gia moderna, este acontecimiento está ahora al alcance de todos. Existen dos caminos de acercamiento. Por el exterior: aprendiendo a juzgar a los otros a partir de su manera de vestirse, de sus gestos, de su estatura física, de los rasgos de su fisonomía, etc. Por el interior: procediendo como lo hacen los psicólogos profesionales, con métodos empíricos, cuestionarios sobre la personalidad, test proyectivos. El autor hace en este libro un balance exhaustivo de las diversas vías para conocer a los otros.

«CONCENTRACION PSICOTECNICA»

Por Ernest Ott

Ediciones Mensajero

Es necesario vencer una enfermedad de nuestro tiempo: la falta de concentración. Son muchos los que padecen esta enfermedad. Sus síntomas son la fuga de las ideas, las distracciones, la inquietud. Sus consecuencias son la pérdida de capacidad, los fracasos, los accidentes y la muerte. Hay que arbitrar un remedio, porque existe.

El profesor Ernest Ott, con un éxito refrendado por las traducciones de sus obras a doce idiomas, ha publicado un libro que trata de dar una solución a este problema. En él nos enseña un camino experimentado durante muchos años con muchas personas, escuelas, seminarios y empresas. Un libro donde nos demuestra que sin concentración no puede haber éxito, y que el entendimiento sin concentración no tiene ningún valor.

«METODO DE LECTURA RAPIDA»

Por F. Richaudeau

M. y F. Gauquelin

Editorial Mensajero

Para estar al día y rendir en la profesión hay que leer mucho, y no disponemos de tiempo para ello. Para remediar esto hay que leer a una cadencia correcta. Una serie de pruebas de laboratorio permitieron analizar el mecanismo de lectura y comprobar que los movimientos oculares son reeducables. Y otros estudios sobre la «actividad de lectura», vinculada con el aprendizaje escolar que uno ha recibido, dan el secreto de lo que es una buena memorización: para poder retener bien, hay que leer con rapidez.

El método que se presenta en este libro es fruto de todos esos estudios. Los resultados obtenidos gracias a él son concluyentes: es un método que le permite a cada uno duplicar su velocidad, comprender mejor y recordar más.

«MEJORA TU MODO DE ESTUDIAR»

Por Enrique Pallarès Molins

El modo correcto de estudiar no se aprende de una vez por todas. No debemos preocuparnos tan sólo de aprender los programas, sino de aprender a aprender. Para aprender a estudiar, sin embargo, no existe una asignatura concreta, sino que es una tarea que debemos realizar en todas las asignaturas. Pero hay aspectos del estudio que son comunes a todo o a gran parte de lo que estudiamos: El estar verdaderamente motivados, la planificación del tiempo, el conseguir un ambiente adecuado, la lec-

tura, el subrayar, hacer esquemas y resúmenes, la memorización, el tomar apuntes en clase y el expresar correctamente lo que hemos aprendido a través de la redacción de trabajos y en los exámenes. Este libro nos ofrece una orientación válida a este respecto.

«VENCER EL MIEDO»

Por Klaus D. Heil y Gerd Hennenhofer

Editorial Mensajero

El miedo es una enfermedad. Hay millones de personas que, consciente o inconscientemente, padecen miedo. Pero el miedo es curable: no sólo con la asistencia de un psiquiatra o de un psicólogo profesional, sino también por autoentrenamiento, mediante la práctica de las modernas técnicas de terapia del comportamiento.

En este libro se trata de mostrar caminos eficaces para la superación de los miedos. Los planes de terapia de este libro informan sobre el autotratamiento en los casos en que es posible la autoliberación, y que no tienen que ser tratados necesariamente por un terapeuta. En caso de miedos y fobias graves, se anima también a visitar a un especialista o psicoterapeuta.

«DESARROLLE SU CAPACIDAD»

Por Peter Lauster

Editorial Mensajero

Este es un libro de diagnóstico psicológico que nos permite estudiar a fondo nuestras facultades y nuestro talento. Hay en él tests para todos los factores de nuestra capacidad: facilidad de expresión, tacto en las relaciones, capacidad de contacto humano, pensamiento lógico, sentido creador, concentración, inteligencia técnica, capacidad de cálculo, inteligencia práctica y sentido estético.

Los tests psicológicos que se encuentran en este libro no son sólo un entretenimiento como los que aparecen en cualquier revista, sino que se trata de auténticos estímulos para el desarrollo de la inteligencia. Si se anotan en la tarjeta para diagnósticos los resultados de los tests, se obtendrá el perfil personal de la propia capacidad, con sus puntos fuertes y débiles.

«SEGURIDAD EN SI MISMO»

Por Peter Lauster

Ediciones Mensajero

¿Nos conocemos a nosotros mismos? Los resultados de los tests nos van a mostrar la estructura de nuestra personalidad y las bases para determinadas formas de comportamiento. Aprenderemos a conocernos y a comprendernos, y llegaremos a saber dónde están nuestros puntos fuertes y débiles.

Los rasgos característicos de la personalidad, como la seguridad en sí mismo, la independencia, el conocimiento de los hombres y la capacidad de compenetración, no son innatos, sino que se han ido adquiriendo en el transcurso de la vida con el estudio y con los influjos del medio ambiente. Conceptos, opiniones adquiridas, experiencias y normas de actuación en uso regulan el comportamiento del hombre. Todo el mundo tiene la posibilidad de modificar sus pro-

piudades y, con ellas, sus formas de conducta.

En el programa asesorativo anexo a cada test se muestra el camino para sacar más partido de uno mismo; el modo de desarrollar la propia personalidad y de superar mejor las dificultades de la vida.

«EL ARTE DE AGRADAR. Encanto, seducción, empatía»

Por Ivette Pesez

Edit. Mensajero

Esta obra se titula el arte de agradar, es decir, el arte de saber servirse del encanto. También de saber utilizar la empatía, esa facultad de ponerse en el lugar del otro, o el carisma, don de convencer y de dirigir una multitud.

Muchas personas se consideran desprovistas de encanto porque piensan exclusivamente en los factores de belleza externos. No; el encanto, factor poderoso de comunicación, está al alcance de nuestra voluntad y de unos medios apropiados. Para agradar, no hay que desagradar. Por eso, agradar es un arte que se aprende. Si el carisma o la empatía son dones, resultar encantador, es decir, saber agradar, es un poder que se adquiere.

«DOMINE SU PSIQUISMO»

Por G. H. Ruddies

Editorial Mensajero

La crítica constructiva es psicológicamente correcta. Debe reunir cuatro condiciones: 1.ª objetividad; 2.ª neutralidad personal; 3.ª mesura en el tono; 4.ª pertinencia de su contenido. En caso contrario sólo será perjudicial. La crítica debe ser constructiva y estimulante, y resultará equivocada toda crítica que no sea objetiva, sino personalista, exagerada o proferida ante terceros.

«Domine su psiquismo» es un libro de trabajo que nos ayudará a meditar y a trabajar. A través de todos los temas nos encontramos con tres pasos obligados de trabajo: conocer - examinar - aplicar. De este modo, resulta fácil y entretenido ir trasladando al propio caso los múltiples temas que presenta el libro.

«ENTRENESE A DISCUTIR»

Por Bernd Weidenmann

Editorial Mensajero

Son muchísimas las personas que necesitarían saber discutir bien: atender activamente, preguntar con acierto, razonar con buenos argumentos, valorar los diversos matices de lo que se discute, hacer crítica constructiva, parar golpes con destreza, constatar los puntos en que hay acuerdo, y otras muchas cosas más. La simple experiencia personal y los buenos propósitos no bastan.

Cada uno de los capítulos de este libro constituye un conjunto compacto de informaciones psicológicas, de técnicas y de ejemplos de diálogo para desarrollar cada una de las facultades más importantes para poder discutir bien. Nos ayudarán no sólo a dominar la técnica eficaz de la discusión en el campo profesional y privado, sino también a gozar del arte de la buena discusión en casa o entre los amigos.