

1. Record Nr.	UNINA9910887817403321
Autore	Lieury Alain
Titolo	Una memoria d'elefante? : veri trucchi e false astuzie // Alain Lieury ; traduzione di Laurence Vitroni
Pubbl/distr/stampa	Italy, : Springer, c2013
ISBN	88-470-5260-2
Edizione	[1st ed. 2013.]
Descrizione fisica	1 online resource (264 p.)
Collana	I blu : pagine di scienza
Altri autori (Persone)	VitroniLaurence
Disciplina	153
Soggetti	Cognitive psychology Memory Psychology Clinical psychology
Lingua di pubblicazione	Italiano
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Note generali	Tradotto dall'originale francese: Une memoire d'elephant? Vrais trucs et fausses astuces.
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references.
Nota di contenuto	Introduzione -- Parte I Storia dei metodi -- 1 L'arte della memoria nell' Antichità -- 2 Magia e memoria -- 3 In che modo la scrittura ha soppiantato l'immagine? -- 4 Entra in scena la mnemotecnica -- Parte II Metodi e procedimenti mnemotecnici sul banco di prova -- 5 Neurobiologia ed "ecologia" del cervello -- 6 La memoria delle parole e i suoi metodi -- 7 La memoria delle immagini e i suoi metodi -- 8 La memoria a breve termine e i suoi metodi -- 9 Gli indirizzi giusti del passato -- 10 Gli indizi di recupero e i loro metodi -- 11 L'efficacia dei piani di richiamo -- 12 Il codice alfanumerico: illusione o realtà? -- 13 I metodi per stimolare il cervello -- Conclusione: Memorie molteplici, molteplici metodi! -- Quiz.
Sommario/riassunto	Perdita di memoria, Alzheimer, vuoti frequenti... tutti questi mali, che ci ossessionano e alimentano le nostre paure, hanno creato un vero e proprio "mercato della memoria". Tanti libri e pubblicità vantano i meriti di metodi che ci consentirebbero di ottenere una memoria prodigiosa. Cosa pensare di queste ricette? Quest'opera, piacevole e pedagogica, passa al setaccio tutti questi metodi mostrandoci quali meccanismi della memoria entrano in gioco. Propone anche degli esempi applicativi per il lettore desideroso di allenarsi o divertirsi. Non esiste un'unica memoria bensì numerose memorie specializzate: varie

memorie, vari metodi! Finalmente un libro per adottare un buon metodo e mantenere “viva” la nostra memoria!
