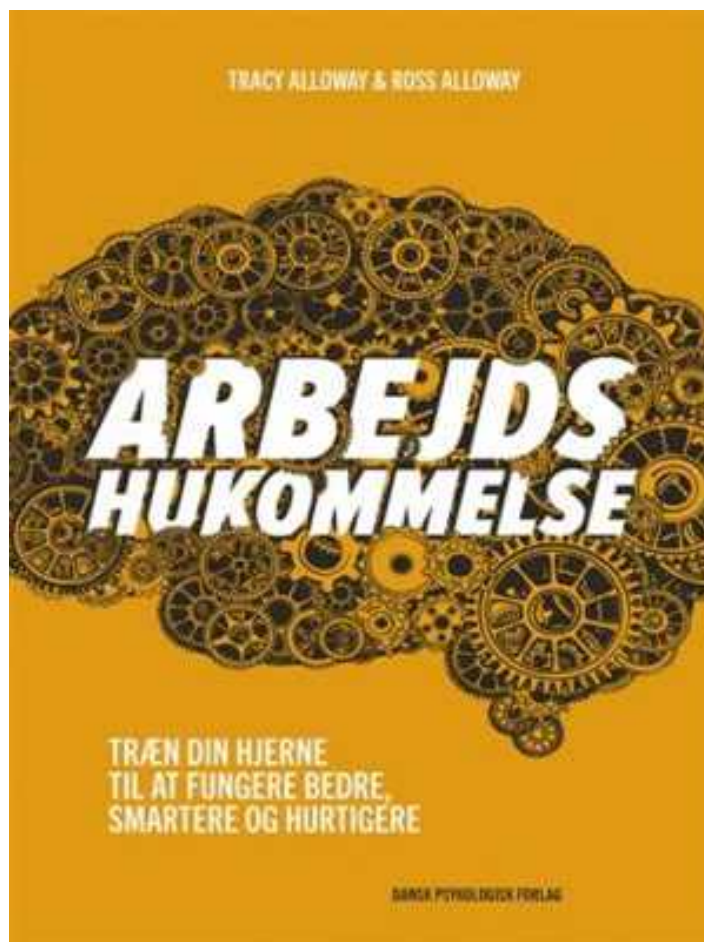


## Arbejdshukommelse PDF

Tracy Alloway



*Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.*



**DOWNLOAD PDF**

Forfatter: Tracy Alloway  
ISBN-10: 9788771580037  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 1376 KB

**BESKRIVELSE**

Din arbejdshukommelse – dvs. din evne til at bearbejde informationer – påvirker næsten alt, hvad du gør, og man mener, at den kan være en større fordel end IQ. Tænk, hvis du kunne finde en genvej til at klare en overfyldt kalender eller til at opnå topresultater på jobbet eller løbeturen? Tænk, hvis du kunne ændre dit livssyn til at møde hver dag med optimisme? Tracy og Ross Alloway, der forsker i arbejdshukommelse, viser i denne bog, hvordan arbejdshukommelsen er nøglen til disse – og de fleste andre – ting. Bogen rummer den nyeste forskning på området og mere end 50 nemme og målrettede øvelser til at træne og skærpe arbejdshukommelsen. Find ud af, hvordan du bedst træner din hjerne, hvad du helst skal spise, og hvordan du med simple rutiner i hverdagen kan booste din arbejdshukommelse og dermed opnå en lang række fordele. ARBEJDSHUKOMMELSE er den første bog på dansk om denne meget vigtige kognitive funktion – og om en ny, vital måde at træne din hjerne til at fungere bedre, smartere og hurtigere.

## **HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

På SAXO.com har vi ufatteligt mange gode bøger at vælge imellem. Hos os kan du finde Arbejdshukommelse og en masse andre bøger til en god pris.

Arbejdshukommelse eller korttidshukommelse. Den midlertidige, begrænsende korttidshukommelse lagrer fakta i meget kort tid, faktisk mellem et millisekund og kun op ...

AH & Matematik, MWA, ALF, 2013. ArbejdshukommelseArbejde hukommelse er den primære forudsætning succes i skolen. Arbejdshukommelse er den faktor, der bedst kan ...

## ARBEJDSHUKKOMMELSE

[Læs mere ...](#)