

Ágilmente / Estanislao Bachrach. 26ª. Ed.

ISBN 9789500739719

Índice del Contenido

Prólogo

Introducción

CAPÍTULO 1. NO MÁS PATRONES

Genes y memes

La farolera tropezó

No pienso, luego existo

Conceptual blending histórico

Uno más uno igual a uno

CAPÍTULO 2. CEREBRO/MENTE

Me pareció ver un lindo leopardito

Nosotros, nuestro cerebro

Evolución cerebral

Si no lo usamos, lo perdemos

Huevo frito pisado

Contacto

Tres cerebros

Luz, cámara, acción... ¡córtex!

Teoría de la mente

El pasado... ¿pisado?

CAPÍTULO 3. EL PROCESO CREATIVO

Lo tradicional no les sucede a todos

¿Cómo se nos ocurren las ideas?

Primero producir

Bloqueos y revelaciones en el cerebro

Relajación

Se puede

El punto ciego del experto

Impasse personal

Test creativo

CAPÍTULO 4. LOS SENTIDOS

Percibo que me sentís

Ni la imaginación se salva

Ojo al piojo

Oiga, señorita

Esto huele bien

Gusto de vos

Toco y me quedo

Sexto sentido

Escucho colores

CAPÍTULO 5. ATENCIÓN

Te dije que me prestaras atención

Eventos cargados de emoción

Insights con intención

Creativos de verdad

Curiosa energía

Recuriosear

Mejorar tu capacidad de atención

CAPÍTULO 6. EMOCIONES

¡Ay, qué emoción!

Regula

Emoción vs. sentimiento
Percepciones y emoción
De la ansiedad al miedo
Enojo
Miedos creativos
Estrés
Corran, corran
Ejercicio físico
Amore

CAPÍTULO 7. APRENDER

Aprendo, luego existo
Espejito, espejito, ¿quién es la más linda?
Se me olvidó que te olvidé
Viejos nuevos recuerdos
El inconsciente aprende antes
Aprender a escucharse
A dormir que se termina
Todo concluye al fin, para volver a empezar
Mapas mentales

Bibliografía