MÉTODOS

- CONCENTRACIÓN
- ENTORNO
- MAYOR PRODUCTIVIDAD
- GESTIÓN ESTRÉS
- TOMAR APUNTES
  - veloces
  - alta retención
- APRENDER A REPASAR
  - corto plazo
  - largo plazo

MODELADO

- APUNTES CREATIVOS
- PROCESOS LÓGICOS
  - clasificar
  - ordenar
  - relacionar
- TÉCNICAS COMBINADAS
  - detalle
  - globales
- APRENDER A BOCETAR
  - textos
  - apuntes visuales

MENTALIDAD

- ENCONTRAR TU PROPÓSITO
- DESCUBRIR TUS VALORES
- TOMAR CONSCIENCIA
- SISTEMA PASO A PASO
- CÍRCULO VIRTUOSO DE MEJORA
  - autoestima
  - confianza
  - seguridad
- DISFRUTAR APRENDIENDO

MEMORIA

- RECORDAR NÚMEROS
  - 10 dígitos en 10 segundos
  - fechas
- IDEAS CLAVE
  - 10 palabras en 10 segundos
- RECORDAR TEMAS
  - global
    - apuntes
    - resúmenes
    - libros
  - detalle
    - técnicas memorización por tipo de dato
  - tipo test
- TEXTOS LITERALES
  - poesías
  - leyes
  - libros
- DISTINTOS TIPOS DE DATOS
  - jerárquicos
  - tablas
  - idiomas
  - temáticos
    - jurídico
    - científico
    - médicos
    - otros...