

## Quins consells has de seguir a l'hora d'estudiar? Això és el que ens ha explicat una experta



Fa uns dies us preguntàvem en una enquesta (<http://www.adolescents.cat/noticia/36780/quin/aquests/temes/voleu/investiguem/escriure/article>) quin tema us agradaria que tractéssim en un article. Dels quatre proposats, el guanyador ha estat "trucs per estudiar", amb un 32% dels vots. Així doncs, hem complert la nostra promesa i hem anat a parlar amb una experta: Laura Puig, psicòloga infantil i juvenil del centre Eines. (<http://www.eines.cat/>)

Li hem demanat, entre altres coses, quina és la millor manera d'organitzar-nos quan tenim un examen, quines tècniques d'estudi van millor i què podem fer per no perdre la concentració. En aquest article us resumim les recomanacions que ens ha donat la Laura en el vídeo que podeu veure més avall. Aquesta, però, no és l'única peça que farem sobre el tema. En els pròxims dies publicarem noves notícies on podreu trobar més informació i consells sobre com estudiar. Així que atents i esperem que us serveixi d'ajuda!

Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=-TDK2tK1Qzw>