



elemental
podcast

EPISODIO 22 (T2)
soñar despierto

NOTAS DEL EPISODIO

¿A alguno de vosotros no se os ha ido la cabeza pensando en algo, desconectando de lo que os rodea y volando con la mente a cualquier tema que os ilusiona o preocupa? A algunos se les pone cara de tonto y a otros de interesante, pero en esos segundos o minutos claramente vuestra mirada está en otro sitio y vuestra cabeza también. A este fenómeno psicológico se le llama soñar despierto, daydreaming o mind wandering, que sería algo así como la “mente que vaga”.

Investigación de 2012 de la Universidad de Wisconsin y el Instituto Max Planck.
Investigación sobre el llamado “Mind Wandering” del Instituto Tecnológico de Georgia.
Estudio sobre la relación entre distracciones y generación de nuevas soluciones. Maurizio Corbetta en uno de sus artículos sobre la red neuronal por defecto.

Dejadme vuestros comentarios y sugerencias en mis redes sociales ([facebook](#), [twitter](#), [linkedin](#) e [instagram](#)) o en mi [correo](#). Más acerca de mí en la [web](#). Si queréis ayudarme a que este podcast llegue a más personas, dejadme una valoración en [iTunes](#).

