

1. На тренинге «Суперпамять» вы узнаете:

Секреты запоминания текстов и цифр  
Роль внимания  
Как забыть ненужное

В результате:

Увеличите объем памяти в 2-5 раз  
Научитесь запоминать тексты, стихи, правила, цифры  
Научитесь правильно работать с большим объемом информации (в том числе с учебной литературой)  
Повысите концентрацию внимания  
Максимум практики (до 80% от общего времени курса).

2. Скорочтение:

Повышение скорости чтения в 2-10 раз и понимание мыслей автора;  
Освоение техники работы с текстом и поиска информации;  
Приобретение навыков чередования труда и отдыха;  
Избавление от страха перед изучением нового.  
Благодаря такому широкому подходу, наши курсы скорочтения имеют максимальную эффективность. Приходите!

**ВЫ УЗНАЕТЕ СЕМЬ ЗОЛОТЫХ ПРАВИЛ БЫСТРОГО ЧТЕНИЯ, КОТОРЫЕ ВСЕГДА БУДУТ С ВАМИ:**

Вы научитесь технике работы с текстом;  
Вы сможете читать и запоминать информацию в 2-10 раз быстрее;  
Научитесь более полно понимать мысли автора;  
Вы приобретете правильные привычки труда и отдыха и значительно увеличите свою работоспособность;  
Вы освоите поиск информации в самых разных источниках, в том числе в справочниках, базах данных, сети Интернет;  
Узнаете как отдохнуть за 15 минут, и с помощью каких приемов преодолеть страх перед изучением и освоением нового.

3. Уникальный курс "Скорочтение+суперпамять":

Уникальный курс позволит вам понять причины медленного чтения, освоить приемы скорочтения, научиться не только читать в 3-10 раз быстрее, но и понимать прочитанное, уметь выделять главное в тексте, уметь сжать текст до 4-7 ключевых слов, или развернуть его в рассказ с элементами сочинения (что особенно полезно уметь при сдаче экзаменов).

Нет смысла быстро читать, если вы не понимаете и не запоминаете прочитанное.

Поэтому освоение методов развития памяти параллельно с методами скорочтения повысит эффективность работы с информацией.

Вы будете не только быстро читать, но и легко запоминать любую информацию.

В программе курса:

21 метод запоминания текстов,  
18 методов запоминания цифр,  
методы запоминания лиц, имен, фамилий  
формулы, термины, определения др.

Очень важно также уметь концентрировать внимание, уметь снимать напряжение, забывать ненужное.

Благодаря комплексному подходу, вы не только будете быстрее читать и запоминать, но и ощутите изменения в качестве жизни.

4. На тренинге "Как забыть ненужное" Вы узнаете:

Можно ли научиться забывать по своему желанию?

Или воспоминание, как тень неприятных событий, будет преследовать нас, и от нее не избавиться ни на минуту, ни на час, ни на всю жизнь?

Природа позаботилась о нас. И мы умеем не помнить, только часто - не по своей воле. После сильного стресса, например автомобильной аварии, человек может забыть целый кусок жизни, который предшествовал аварии.

Да, что-то выветривается из головы само собой, а что-то, как не пытайся, не исчезает, как навязчивая мелодия, как недавняя обида, многократно прокручиваясь в голове. И только вроде бы успокоился, забылся, как воспоминания вновь нахлынут, да еще с новыми подробностями.

Вот бы научиться "выкидывать" их из головы!

Природа дала нам приемы избавления от нежелательных переживаний, и весь секрет только в том, как ими осознанно овладеть.

Узнайте секреты забывания на тренинге

Вы узнаете:

1. Забывание – активный и управляемый процесс.

2. Техника гипноза - как инструмент исследования.

3. Приемы активного забывания

Кольцо шамана

Принцип 45 минут

Прием священника

Прием 3 ступени

Прием Райкина

АТ.

В программе тренинга:

Путешествие по "планете детства". Вспоминание себя в 6, 5, 4-х летнем возрасте....

Как научиться изменять неприятную ситуацию в свою пользу...

Как выйти из сложной ситуации, вспомнив детство...

Как уйти от своих проблем, чтобы вернуться к ним со свежими силами...

Как образ сгорающей картинки поможет тебе научиться забывать...

Как использовать мел и доску для забывания...

Как использовать образ моря для успешного забывания....

5. Курс для детей "Учиться легко":

Как помочь ребенку в учебе?

Как запомнить, чтобы вспомнить?

Как быстро подготовиться к экзаменам?

Как освоить технику чтения и увеличить скорость чтения в 2-5 раз?

Всего за 4 занятия вы научитесь быстро запоминать тексты (сможете пересказать страницу текста с первого прочтения), выучить стихотворение за 5-10 минут, запоминать правила, словарные слова, формулы и даты.

Сможете повысить скорость чтения и уровень понимания прочитанного.

Развитие способностей по программе "Учиться легко" сэкономит Вашему ребенку время и здоровье - он будет учиться успешно и с удовольствием, читать легко и с увлечением, перестанет утомляться.

Группы с 7-10 лет, 11-13, 14-17 лет.