AldEkon.cz s.r.o.
Prostějovská 34
798 17 Smržice
www.aldekon.cz

TRÉNINK PAMĚTI I. ČÁST

Program kurzu

JAK ZVÝŠIT SCHOPNOSTI MOZKU A PAMĚTI,

ANEB

MENTÁLNÍ KONDICE PRO CELÝ ŽIVOT

Seminář je zaměřen na konkrétní postupy, jak uchopit informace, učivo nejen rychle a s menší námahou, ale především také si ho zapamatovat výrazně déle, než při klasickém postupu učení. Nedílnou součástí jsou také postupy, jak daleko více využít potenciál našeho mozku, tedy přimět ho, aby informace, které se chceme naučit považoval za důležité a nekladl nám odpor při učení, jak se velmi často děje při „biflování".
Tyto postupy mimořádným způsobem využívají spolupráci obou mozkových hemisfér,
Jedná se tedy o reálné zvýšení naší kreativity, akceleraci našeho mozku a paměti.
Je zároveň prevencí proti vyhoření.
Využití metod zvýší naše profesní a osobní schopnosti, zároveň naučí, jak učit naše děti.

Kurz je ryze praktický, s řadou cvičení, teorie maximálně 5%, je využívána ryze k pochopení souvislostí.

Náplň kurzu:

- Jak porozumět jazyku našeho mozku a paměti
- 4 pravidla paměti, bez kterých se neobejdeme
- Jak využít 3 slovní druhy k extrémnímu zapamatování
- Metody zabraňující zapomínání
- Paměť pracovní a ve stresu (24 hod.)
- Paměť dlouhodobá
- Paměť na čísla
- Paměť na cokoliv (dle potřeb účastníků) - kreativní kombinace metod

- Myšlenkové mapy - jak strukturovat bez námahy
- Slovíčka cizích slov
- Metody k akceleraci mozku (dle nejnovějších výzkumů)
- Top metody k tréninku

Kurz je koncipován na 2 x 7 hodin, tj. dva dny.
Součástí těchto hodin je hodinová přestávka na oběd.

Žádné termíny.

Školit vás budou

Müller René



René Müller je certifikovaný trenér III. (nejvyššího) trenérského stupně. Je členem České společnosti pro trénování a jogging paměti (ČSTPMJ), která je garantem odborné způsobilosti. Rozvoji činnosti mozku a mentálním dovednostem se věnuje již téměř 25 let. Mezi jeho posluchače, kromě žáků a studentů základních, středních a vysokých škol, patří i pracovníci různých firem rozmanitých odvětví, mobilní operátoři, včetně jejich vrcholových manažerů, ministerstva… Z velkých firem můžeme zmínit několikaleté vedení tréninků paměti zaměstnanců firem Bosch, Siemens, IBM, Hartmann Rico, Arcelor Mittal, Kika, a další. Ovšem jeho lektorská činnost se netýká jen zdravých klientů. Svými metodami pomáhá zmírňovat důsledky onemocnění u lidí s roztroušenou sklerózou, jejichž klub vede již přes 10 let. Systém tréninku pana Reného Müllera není jen o paměti a možnostech až několikanásobného zvýšení paměťových schopností. Je zejména o metodách, které mimořádně rozvíjí mozek jako celek. Kombinuje metody staré Číny, Indie, Japonska, starého Řecka s nejnovějšími metodami, vycházejícími z posledních vědeckých poznatků. Účinnost tréninku a znalost metod lektora jsou zřejmé již v průběhu kurzu. Posluchači zjistí, že jsou schopni až 2 x rychleji uchopit informace, umí je účinně zpracovat, učit se, a také si pamatovat. Následným tréninkem po kurzu se schopnosti neustále zlepšují jak kvalitativně, tak i co do množství zpracovávaných informaci.