

Аннотация

Цель программы:

Формирование навыка скорочтения, а также увеличение скорости мышления и развитие памяти для оптимизации работы с текстовой и иной информацией, а также сокращения времени на решение вопросов в профессиональной и учебной деятельности.

Профессиональные компетенции, приобретаемые слушателями в процессе освоения программы:

- способность эффективно и качественно работать с текстовой информацией и читать в 3-5 раз быстрее;
- способность запоминать имена, даты и другую необходимую информацию в больших объемах, используя специальные техники запоминания;
- приобретение практических умений и навыков использования эмоционального интеллекта в работе;
- способность выполнять рабочие задачи в наиболее короткие сроки.

Планируемые результаты обучения:

В результате обучения слушатели должны:

- знать:

- основные процессы работы головного мозга, в частности правого и левого полушарий, а также функции, за которые они отвечают;
- техники, позволяющие увеличивать скорость мышления и повышать концентрацию внимания;
- методы работы с текстовой информацией, а также классификацию видов чтения и скорочтения, и применение их к тем или иным литературным жанрам;
- принципы работы визуальной, аудиальной, моторной и наглядно-образной памяти, способы ее развития и улучшения путем когнитивных упражнений;
- эффективность использования и развития эмоционального интеллекта;
- техники запоминания любой информации и применение их в практике.

- уметь:

- использовать техники скорочтения с разными видами текстовой информации;
- обрабатывать текстовую и табличную информацию в 3-5 раз быстрее;
- структурированно работать с текстом;
- использовать техники запоминания информации и применять их в работе;
- длительно концентрировать внимание на одной или нескольких задачах одновременно;
- моментально на запрос получать информацию из подсознания;
- быстро выделять главную мысль текста и лаконично пересказывать;
- не отвлекаться на посторонние мысли во время чтения;
- быстро находить решения в рабочих задачах.

- владеть:

техниками скорочтения, способами запоминания и упражнениями для повышения работоспособности и улучшения концентрации внимания.