

Как Подготовить Себя, Чтобы Достичь Хороших Результатов

- 1- Короткое тестирование
положительные эмоции: успех
страх: откорректировать свое состояние
- 2- Определить когнитивные возможности
- 3- БЛОК I
техника работы с текстом
- 4- Кривая забывания — кривая Эббингауза
- 5- Осмысленное чтение
- 6- БЛОК II
техника снижения эмоционального напряжения
- 7- БЛОК III
техника тайм-менеджмента
- 8- БЛОК IV
формирование стратегии получения желаемой оценки.

В ролях:

Ахметова Миннур Анверовна — психолог

Продюсеры:

Закирова Камиля

Дунаева Фарида