Тренинг

«Память. Технология управления запоминанием»

3 академических часа / Онлайн

Программа тренинга:

- Теория двойного кодирования
- Образная составляющая процесса запоминания
- Инструменты кодирования образов
- Техники развития навыка визуализации
- Система повторения, техника интервального повторения

Результат: Участники научатся создавать качественные образы (живые, многомерные) и правильно повторять, для того, чтобы запоминать надолго, а также освоят базовые инструменты кодирования образов.

Онлайн-тренинг включает различные формы обучения: индивидуальные упражнения и задания в группах, работа с кейсовыми ситуациями, групповое обсуждение, анализ видеофрагментов, групповая и индивидуальная обратная связь, самоанализ, рефлексия.