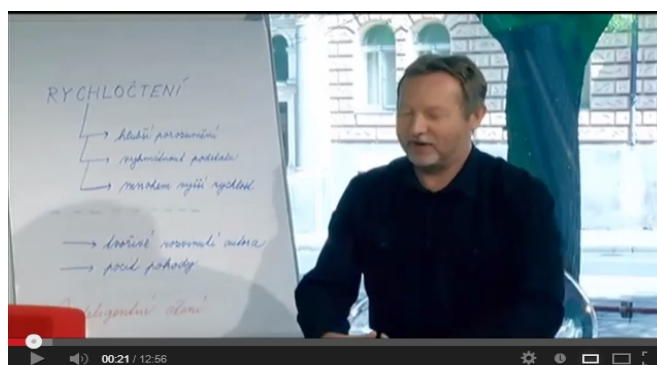




Milí zájemci o úvodní kurz "Úvod do rychločtení po česku aneb proč nestudovat a nečíst mnohem rychleji?"



Moderní televizní kurz rychlého čtení zdarma (1/8)  
Zasílám Vám slíbenou šestou video lekcí.

### OBSAH:

Tentokrát to bude o soustředění, koncentraci a přirozené koncentraci (pokud je to pro nás atraktivní).

Příklad: Studium angličtiny a problém "prokrastinace" - výrazná a chronická tendence odkládat plnění (většinou administrativních čípsychicky náročných) povinností a úkolů (zejména těch pro nás neatraktivních a nepříjemných).

Jak je to s pevnou vůlí?

Asi znáte: Co se musí to se hnuší...zakázané ovoce nejvíce chutná...Jára Cimrman byl také na půl cesty se zvládnutím prokrastinace: "Už si umím poručit, ještě se neumím poslechnout!"

### Doporučení:

Používejme k soustředění umění "Profesionální koncentrace", a "Vzorec

Profesionální koncentrace". Na začátku každé činnosti zapojte moce/zájmy, ty kladné i ty záporně, místo pevné vůle. Poté představivost/obrazotvornost/motivaci.

**Psychovzorec profesionální koncentrace**

$$K = (|Z+| + |Z-|) * (N + V)$$

Koncentrace stojí na čtyřech pilířích:

- kladném zájmu Z+
- záporném zájmu Z-
- návyku N
- vůli V

**Klub Gruberteam**  
[www.gruberteam.cz](http://www.gruberteam.cz)

Dozvíte se také o " úspěšných žácích Davida Grubera" a používání "Vzorce Profesionální Koncentrace". Mezi ty nejlepší patří Jančura Radim.

Na šestou lekci se můžete podívat kliknutím [zde](http://www.youtube.com/watch?v=NQLorN4k9-E) nebo na odkaz:  
<http://www.youtube.com/watch?v=NQLorN4k9-E>

Věřím, že se Vám kurz líbil a těším se na Vaše dotazy.  
Rád Vás také uvidím v našem Klubu Gruberteam.

S přátelskými pozdravy

Tomáš Činčala, autor Klubu Gruberteam

[www.gruberteam.cz](http://www.gruberteam.cz)

Navštivte Nás na:



Zdroj Video: Metropol TV/ Na vrcholu