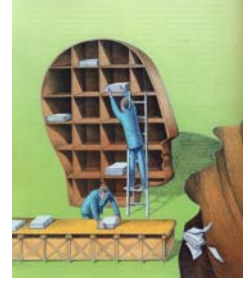


ALGE

Etkin Hafıza Eğitimi



Gün içerisinde birebir görüşmeler yapıyoruz, toplantılara katılıyoruz, telefon görüşmelerinde dinliyoruz, seminer ve eğitimleri takip ediyoruz, yüzlerce e-posta okuyor, sayısız evrak, rapor, gazete, dergi, web sitesini gözden geçiriyoruz, okuduğumuz kitaplardaki önemli bilgileri unutmamaya çalışıyoruz, birçok insanla tanışıyor, isimlerini, yüzlerini, ve haklarında çeşitli bilgileri belleğimize kaydediyoruz. Gün içerisinde akan ve akan binlerce bilgi, fikir ve kavramdan ancak çok azını anımsıyoruz ve çoğu -istemese de kısa sürede silinip gidiyor. Etkin Hafıza Eğitimi sayesinde, işitsel, sayısal ve görsel belleğiniz güçlenecek, toplantılarda, görüşmelerde, eğitimlerde, okumalarınızda edindiğiniz bilgileri unutmayacak, gerekli bilgi ve kavramları kalıcı bir şekilde öğrenme becerisini kazanacaksınız.

Eğitimde ilk olarak Hafıza'nın nasıl çalıştığı, nasıl hatırlayıp nasıl unuttuğumuz konuları üzerinde durulur. Hafıza'yı destekleyen 11 temel prensip aktarıldıktan sonra, bilgilerin akılda tutulmasını kolaylaştıran Mnemonik Sistemleri, Zihin Haritası, insan yüz ve isimlerini, sayısal verileri anımsama teknikleri, Mnemonik V1.0 yazılımı üzerinden ayrıntılı bir şekilde çalışılır.

Etkin Hafıza Eğitimi İçeriği

- Hafıza nedir? Nasıl hatırlar, nasıl unutturuz?
- Etkin bir hafıza için 11 temel prensip.
- 4 temel hafıza tekniği: zincir, askı, romalı evi ve fonetik sistem.
- Bilgisayar eşliğinde Mnemonik V1.0 çalışmaları.
- İnsan yüz&isimlerini hatırlama becerisini geliştiren Mnemonik.
- Sayısal verileri anımsama becerisini geliştiren Fonetik Sistem.
- Toplantı ve yazılı dokümanlardaki bilgi, fikir ve kavramları hatırlamak ve öğrenmek için Zihin Haritası® çalışmaları.
- Etkin dinleme, etkin okuma ve etkili not alma teknikleri.



Eğitim sonunda kazanımlar,

- Daha çok bilgiyi, daha net ve daha uzun süre hatırlayacaksınız,
- Sunum, toplantı, seminer, eğitim, birebir görüşmelerdeki sayısız fikir, bilgi ve kavramları kalıcı bir şekilde belleğinize kaydedecek ve unutmayacaksınız,
- Tanıştığınız insanların yüzlerini, isimlerini ve haklarındaki çeşitli bilgileri akılda tutma becerisini kazanacaksınız,
- Okuduğunuz e-mailleri, kitapları; gözden geçirdiğiniz rapor ve evraklardaki gerekli bilgileri kalıcı bir şekilde öğreneceksiniz,
- Sayısal, görsel ve işitsel hafızanız gelişecek,
- Güçlü bir hafızaya sahip olmak üretkenliğinizi artıracak,
- Mnemonik V1.0 bilgisayar yazılımı sayesinde hafıza tekniklerini çok daha etkili ve kolay bir şekilde öğrenecek ve alışkanlık haline getireceksiniz.

Katılımcı Sayısı: 8-12 kişi.

Eğitim Süresi: 2,5 saat x 6 seans: toplam 15 saat.

E.H.E. Eğitim Programı

GÜN 1 – Hafıza Teorisi ve İlk Uygulamalar

- ‘Hafıza nasıl çalışır? Nasıl hatırlar, nasıl unuturuz?’
- Katılımcının, Sayısal, Görsel, İşitsel Hafıza Becerisinin Tespiti
- ‘Etkin Hafıza için 11 Temel PrensiP’
- Bilgisayar ve Çalışma Kitabı Üzerinden Çalışmalar

GÜN 2 – Hafıza Becerileri Geliştirme Çalışmaları

- ‘Mnemonik Sistemleri: Mnenomik 1: Zincir Tekniği’
- Bilgisayar ve Çalışma Kitabı Üzerinden Çalışmalar
- İnsan Yüzlerini ve İsimlerini Anımsama Çalışmaları

GÜN 3 – Mnemonik Sistemleri ve Uygulamalar

- ‘Mnemonik Sistemleri: Mnenomik 2: Askı Tekniği’
- Bilgisayar ve Çalışma Kitabı Üzerinden Çalışmalar
- ‘Mnemonik Sistemleri: Mnenomik 3: Romalı Evi Tekniği’
- Bilgisayar ve Çalışma Kitabı Üzerinden Çalışmalar

GÜN 4 – Mnemonik Sistemleri ve Uygulamalar

- ‘Mnemonik Sistemleri: Mnenomik 4: Fonetik Sistem’
- Bilgisayar ve Çalışma Kitabı Üzerinden Çalışmalar
- Sayısal Verileri Anımsama Çalışmaları

GÜN 5 – Zihin Haritası ve Uygulamalar

- ‘Zihin Haritası -Mind Mapping®-Tekniği
- Toplantı, Sunum, Görüşmelerdeki Bilgileri Anımsama Çalışmaları
- Kitapları ve her türlü Yazılı Verileri Anımsama Çalışmaları

GÜN 6 – Etkin Hafıza ve Uygulamalar

- ‘Hafızayı Destekleyen Kaydetme ve Geri-Çağırma Yöntemleri’
 - Etkin Kaydetme ve Etkili Geri Çağırma Çalışmaları
 - Etkin Dinleme, Okuma ve Not Alma
 - Etkin Hafıza Çalışmaları
 - Sayısal, Görsel ve İşitsel Hafıza Becerilerindeki Gelişimin Tespiti
 - Katılımcı Sertifikalarının Dağıtılması.
-