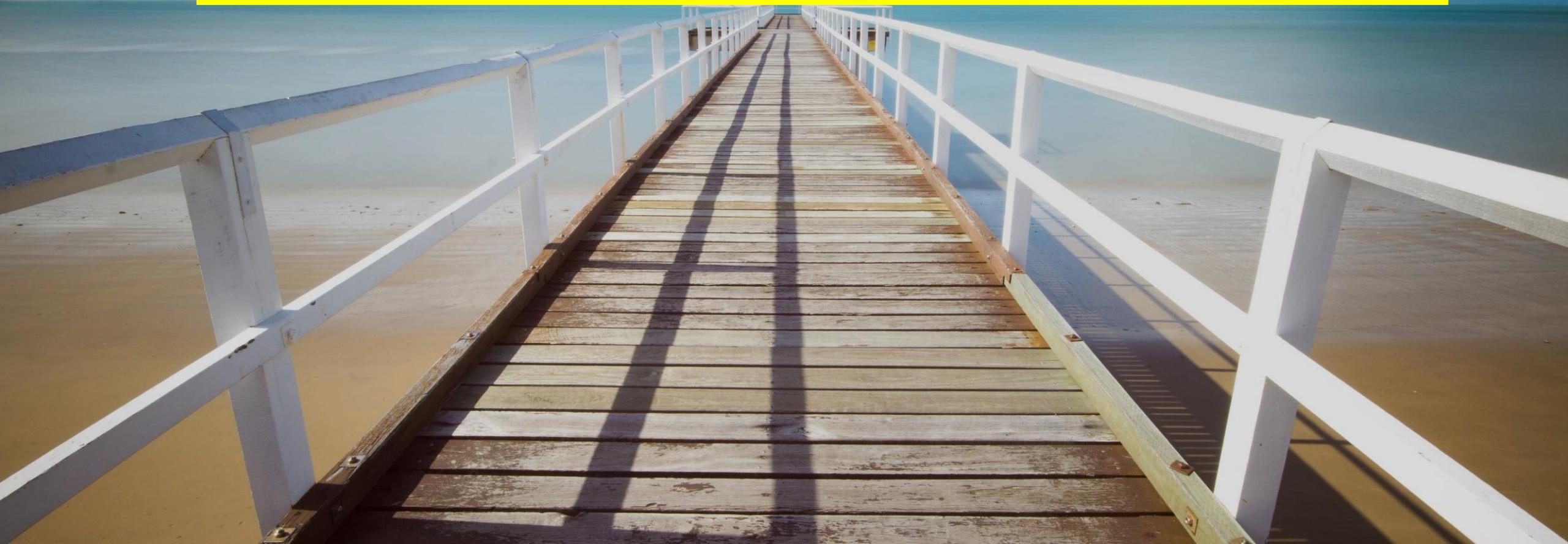


тренинг

«Лучшая Life»



НЕПРИЯТНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ

Случайность

или

Закономерность?

Что **мешает**
достичь желаемого?

неприятные
ПЕРЕЖИВАНИЯ



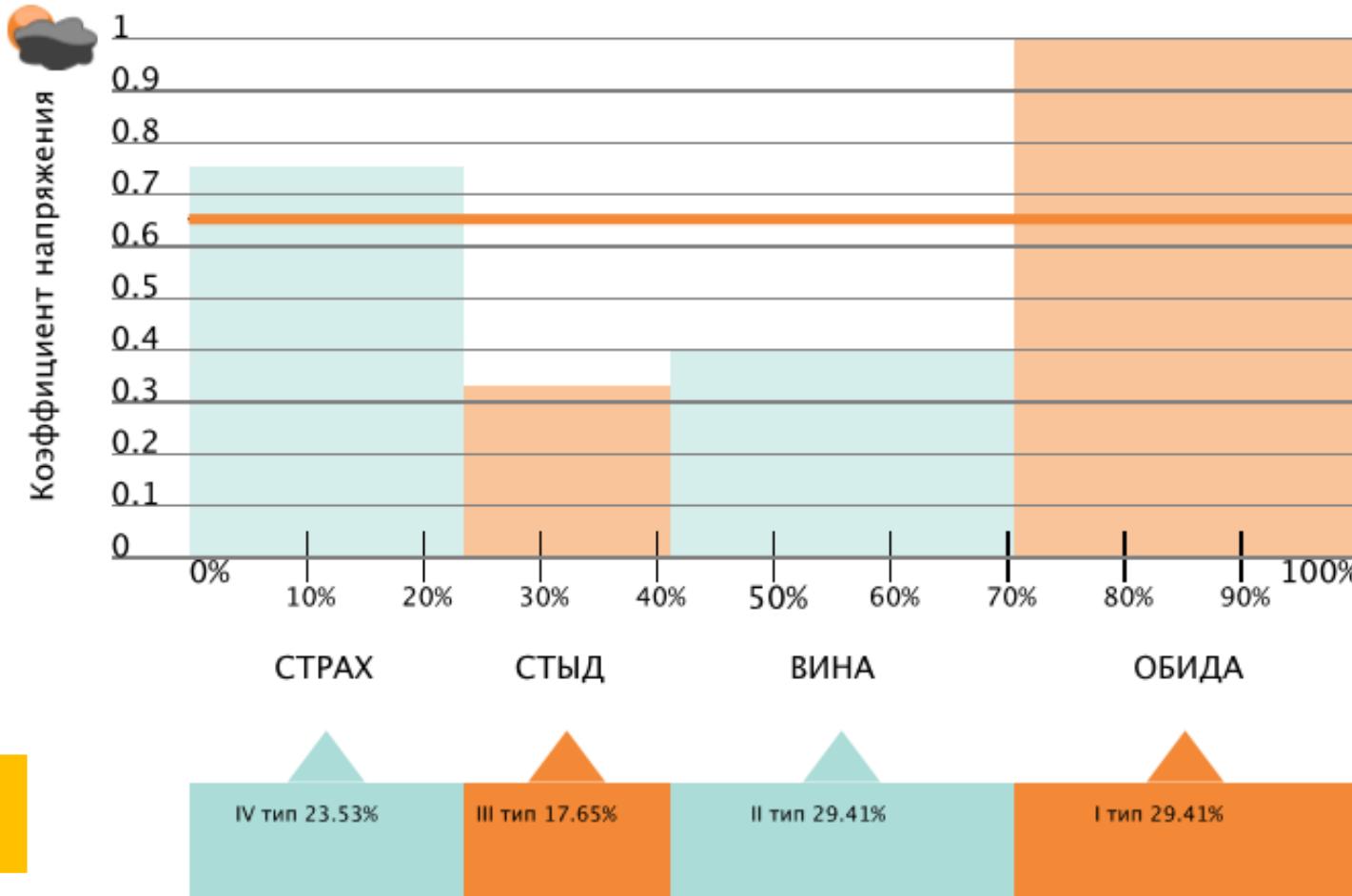


ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ **НАПРЯЖЕНИЕ**

**Уровень
напряжения
вы узнали на
сайте**

Darvin-da.ru

ДИАГРАММА СООТНОШЕНИЯ НЕПРИЯТНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ



ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ =

Больше >10 это серьезное
отклонение от нормы

Сколько у вас?

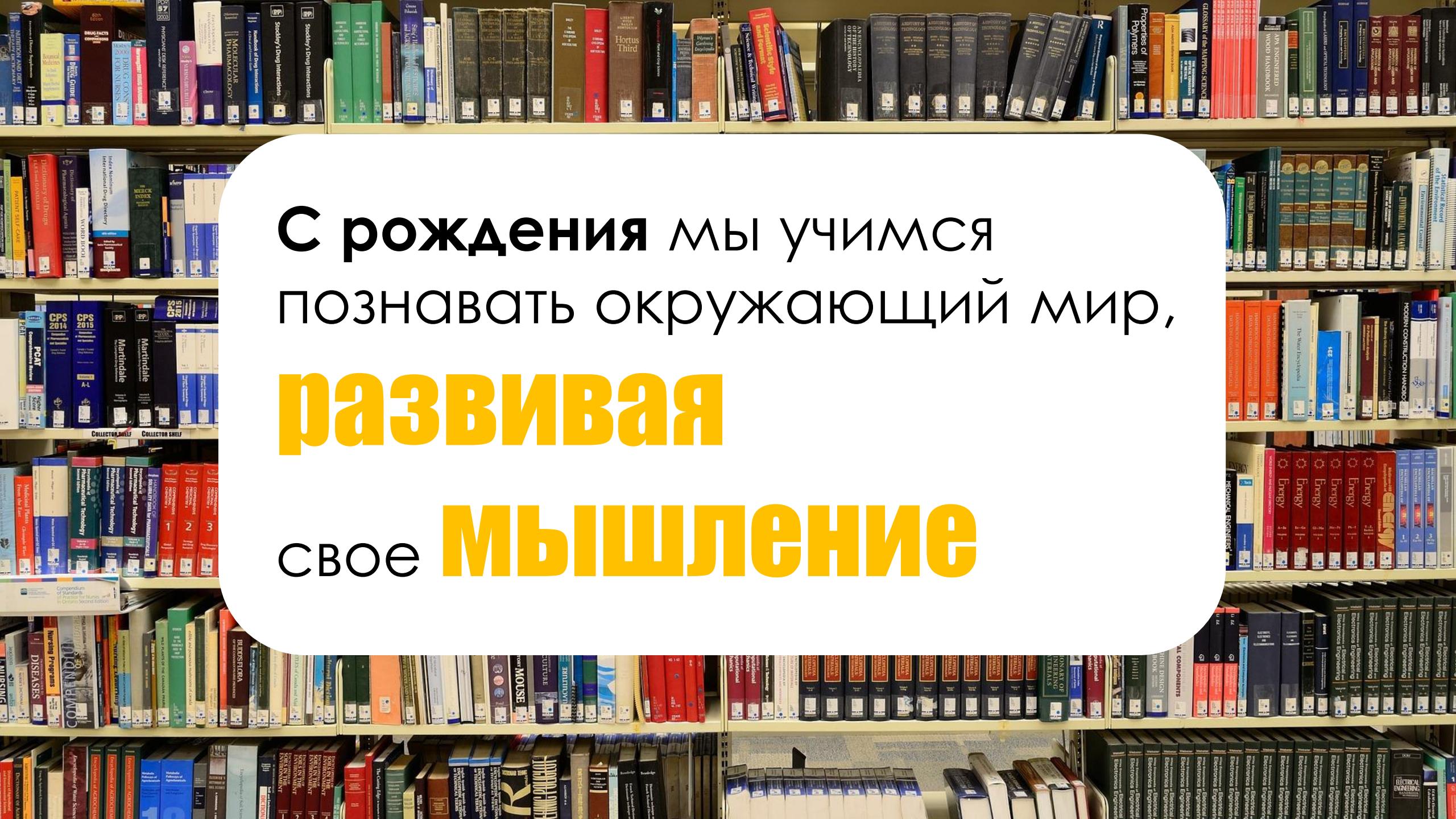
ЧТО такое
психоэмоциональное
напряжение?



Это состояние,
возникшее в
конфликтной
ситуации, в которой
отсутствует
возможность
удовлетворить
потребность

КАК возникло
психоэмоциональное
напряжение?

С рождения мы учимся
познавать окружающий мир,
развивая
своё мышление



Содержание мышления

– знания начинают
формироваться с детства

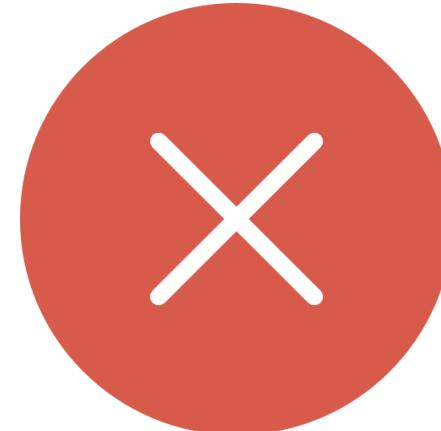




окружение определяет наши
свойства мышления

Приобретенные свойства мышления
бывают

полезными и тупиковыми





Полезные свойства мышления
формируют **полезные навыки**



Достижение **полезного** результата

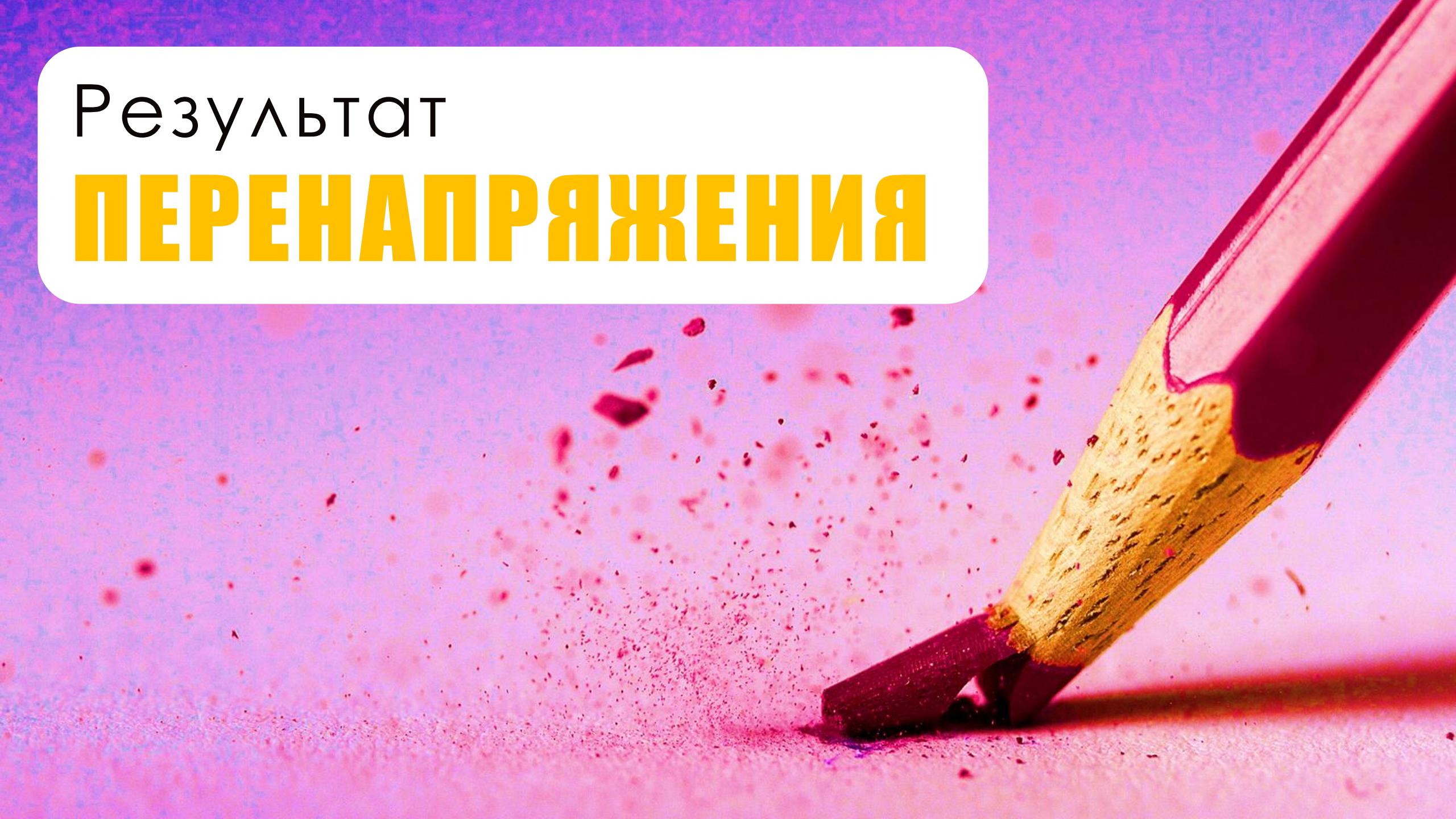


Тупиковые свойства мышления
формируют **психоэмоциональное напряжение** – неприятные переживания



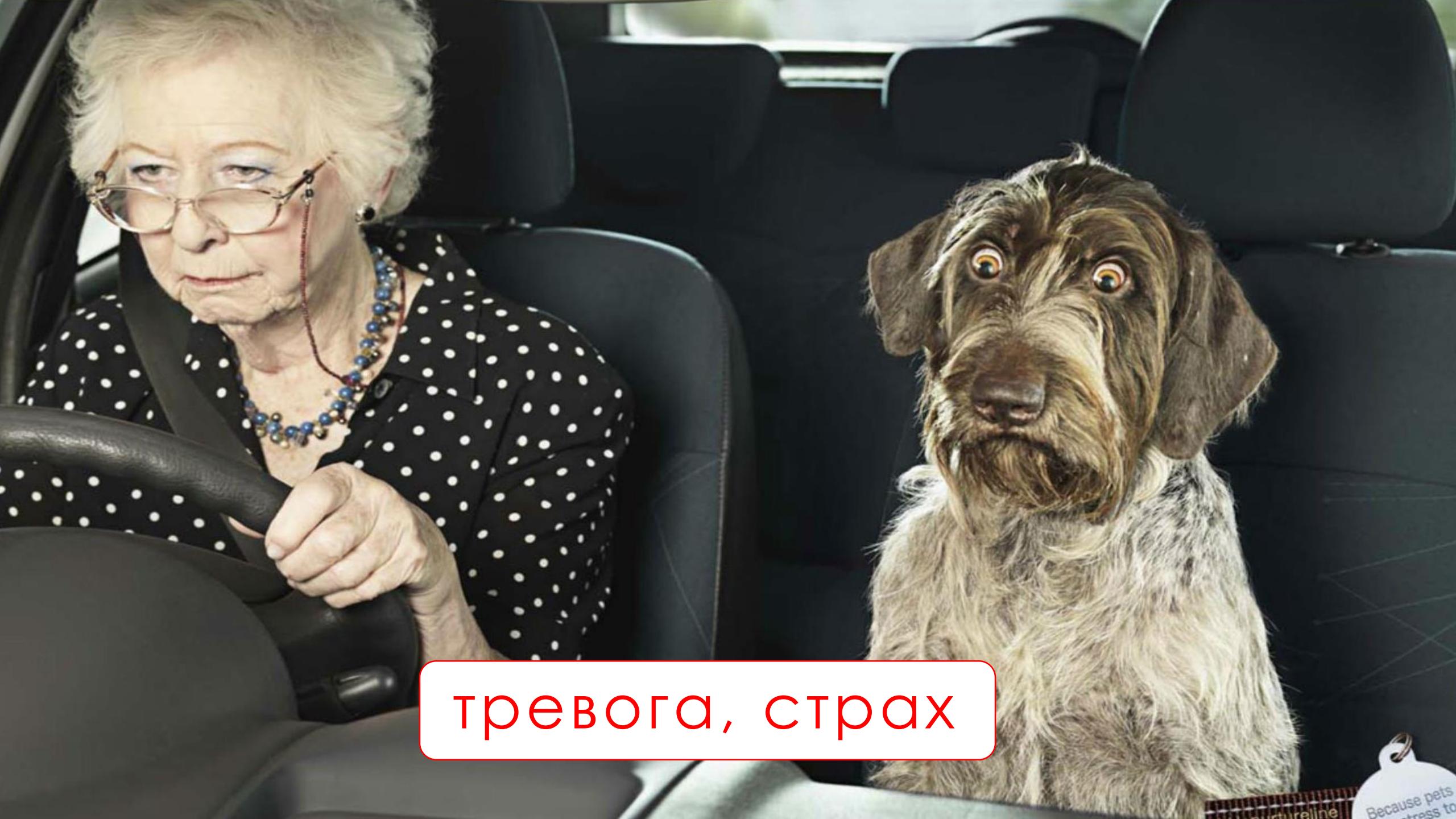
Результат

ПЕРЕНАПРЯЖЕНИЯ



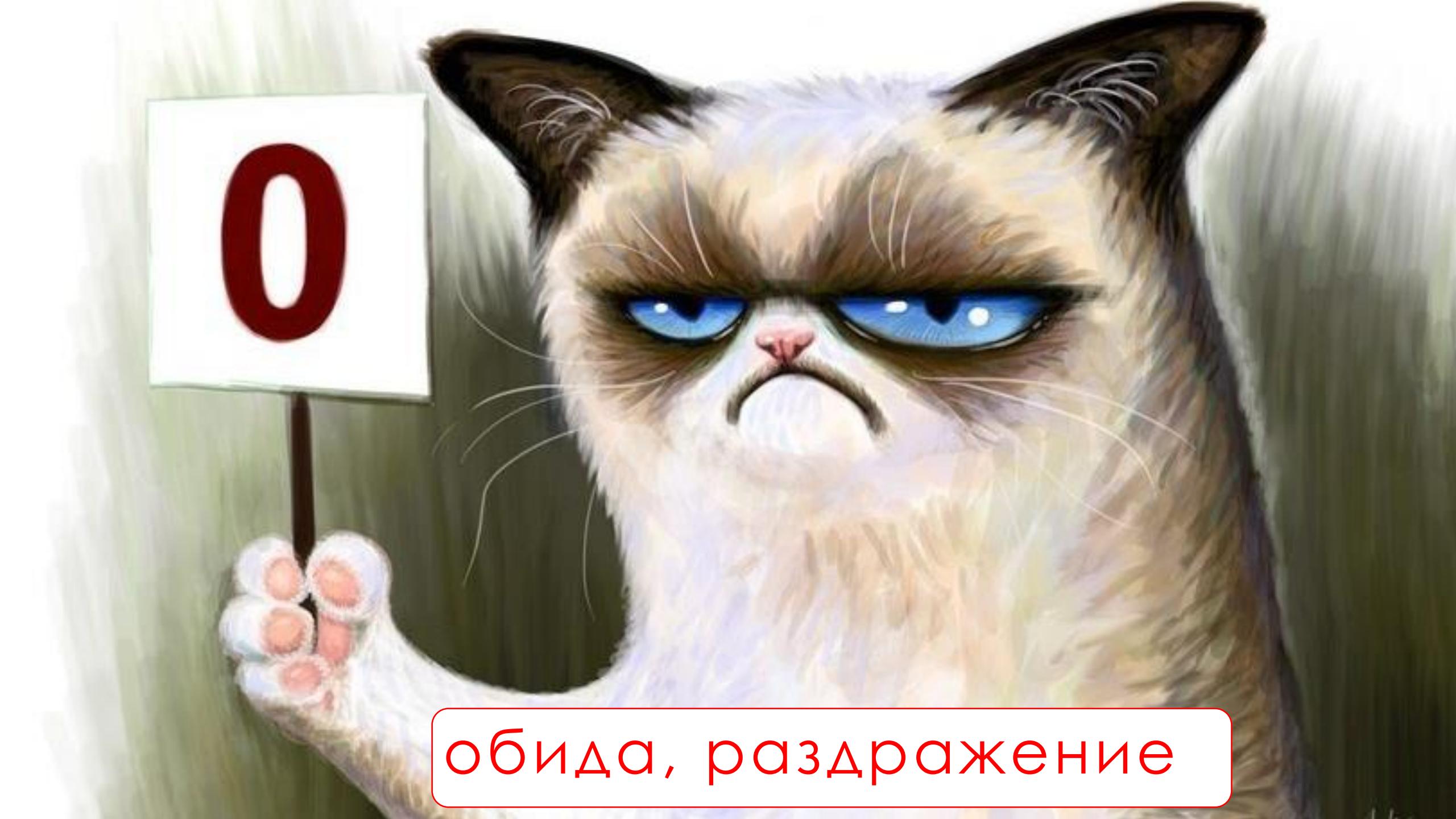


Неприятные переживания:



тревога, страх

Because pets
stress to



0

обида, раздражение

недовольство собой



Ожидание



Реальность



Зависимости



Боль, болезни и даже неизлечимые

Find the derivative

$$= \lim_{h \rightarrow 0} \frac{\sqrt{x+h} - \sqrt{x}}{h}$$

$$= \lim_{h \rightarrow 0} \frac{x+h-x}{\sqrt{x+h} + \sqrt{x}}$$

РЕШЕНИЕ есть

$$x \leftarrow x+h$$

$$= \lim_{h \rightarrow 0} \frac{x + \cancel{2xh+h^2} - x}{h}$$

$$\text{Slope}(\Gamma) = \lim_{h \rightarrow 0} \frac{g(x+h)-g(x)}{h}$$

$$= \lim_{h \rightarrow 0} \frac{2xh+h^2}{h}$$

$$= \lim_{h \rightarrow 0} h(2x+h)$$

$$f(x) = \lim_{\Delta x \rightarrow 0} \frac{f(x+\Delta x) - f(x)}{\Delta x}$$

$$f(a) = \lim_{h \rightarrow 0} \frac{f(a+h) - f(a)}{h}$$

$$f' = \lim_{h \rightarrow 0} \frac{f(a+h) - f(a)}{h}$$

Зная закономерности
формирования навыков, от них
можно отучиться

На привычку есть

отвывчка

(Народная мудрость)



От переживаний
следует
отучиться =)



1

Причину ухудшения состояния
вы уже выявили Darvin-da.ru

*больше 10 серьезное отклонение от нормы

2

Следует **избавится** от причины,
Восстановить **саморегуляцию** –
нормальную работу организма

А хотите, величина вашего
напряжения будет, например,
в 2 раза меньше?

а в 3 раза?



Некоторым
удается
снизить
уровень
напряжения
в 15 раз



1

Причину ухудшения состояния вы
узнали [Darvin-da.ru](#)

2

Следует **избавиться** от выявленной причины,
Восстановить **саморегуляцию** - нормальную
работу организма

Достижения спортсменов,
которые **отучились** от
неприятных переживаний

Василий Мосин

российский стрелок





Евгений Гараничев

российский
биатлонист



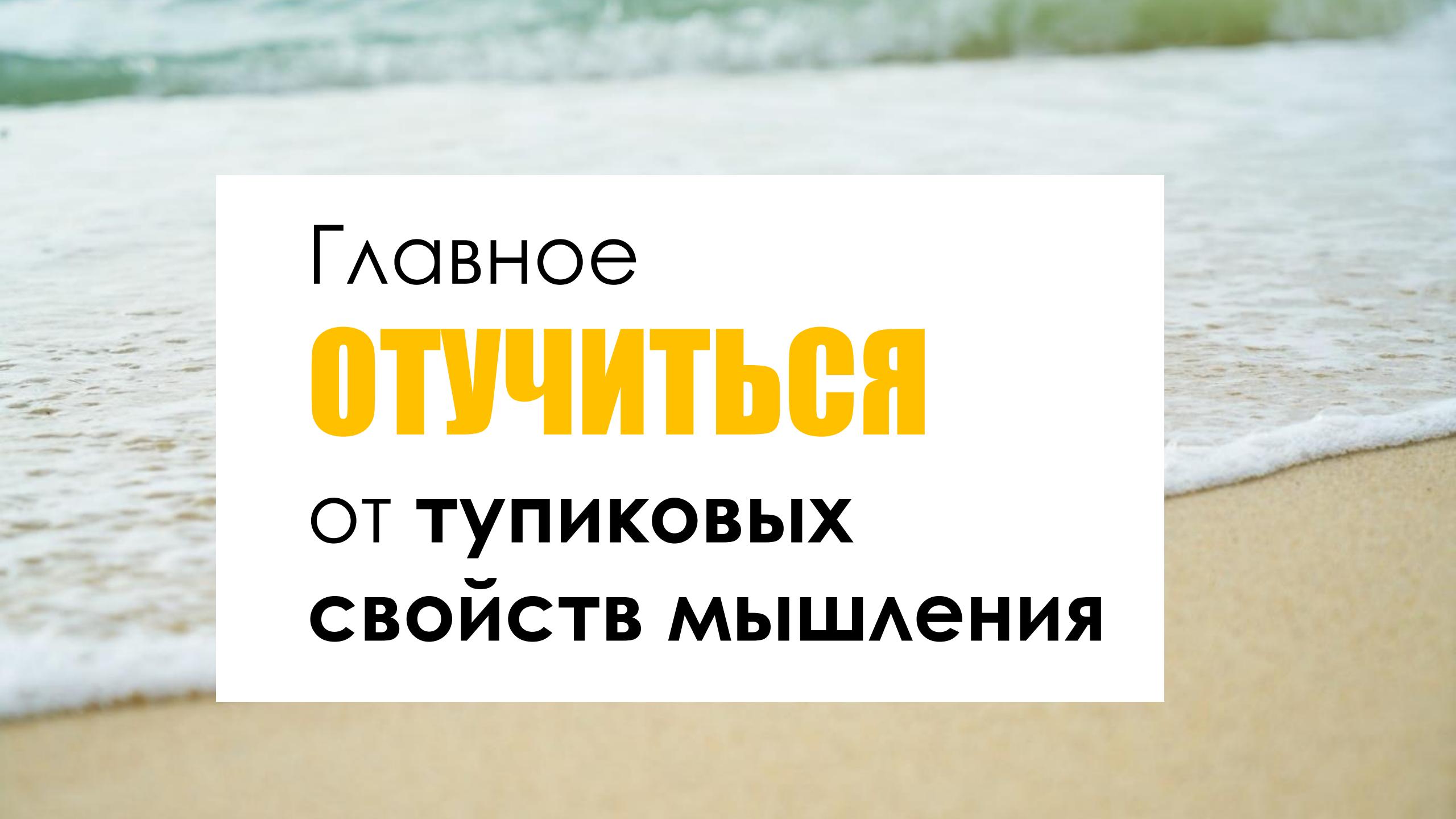
Роман Седых

российский
армрестлер

Подведем
итог



Каждый имеет
ВСЁ для
достижения цели



Главное
отучиться
от тупиковых
свойств мышления

**И научиться мыслить
только с пользой**



Возможно
бесконечно
совершенствовать
полезные
свойства
своего мышления

УСПЕХА

в достижении

полезных

результатов!

P.S. РЕКОМЕНДАЦИИ

1

Darvin-da.ru

причину вы узнали

2

Восстановить норму- запишитесь на

тренинг **«Лучшая Life»**

**Обратная связь:
Задавайте вопросы
«Лучшая Life»
т. 8 925 708-48-35
t.povedenie@gmail.com**

