

Stresszkezelés, tanuláskönnyítés gyerekeknek (Egy szülői levélből)

Réges-régen, jómagam is végeztem felnőtt agykontroll tanfolyamot dr. Domján Lászlónál, azóta használom a sok kitűnő agykontroll-technikát. Nem volt kérdés, hogy a gyerekeimnek is kinyitom ezt a szelencét, hadd tapasztalják meg ők is ezt a csodás dolgot. Nagyobbik gyermekemet 3. osztályos korában vittem el Ritához, aki egyébként izgulós, introvertált típus, stressz-helyzetekben hajlamos kissé elbizonytalanodni önmagában. Gimnáziumi felvételije előtt már pár hónappal tudatosan bevetette az agykontrollt és rendszeresen vizualizálta a célját (felvételt nyerni egy bizonyos iskolába) és persze lelkiismeretesen készült is. A felvételi napján teljes nyugalomban, magabiztosan, fókuszáltan írta meg az írásbelit. Az eredmény elképesztő volt, a kiválasztott suliban az első 4-ben voltunk és ez a kivételes teljesítmény lehetővé tette, hogy szóbeli nélküli automatikusan felvételt nyerjen. Lányom egyértelműen az agykontrollnak tulajdonítja a kimagasló eredményét egyrészt a felkészülés ideje alatti rendületlen hit, célorientáltság, pozitív gondolkodás miatt, másrészt hogy a vizsga alatt ki tudott zárni minden zavaró stresszfaktort és pengeéles figyelemmel, „zseni-módban” tudta a teljesítményt lerakni az asztalra. Azóta a fiam is részt vett a napokban Rita oktatásán, örömmel várjuk a pozitív hatásokat. Köszönjük, Rita! (P. Ágnes)