


Подборка материалов по практикам совершенствования

Уважаемые коллеги!

Департамент международного и регионального сотрудничества совместно с Департаментом по развитию человеческого капитала продолжает информировать вас о материалах по отдельным практикам совершенствования для самостоятельного изучения.

В сегодняшнем выпуске, подборка материалов, которые могут вам пригодиться в повседневной жизни 



Гении и аутсайдеры. Почему одним все, а другим ничего? | Малкольм Гладуэлл

Малкольм Гладуэлл первый, кто обнаружил скрытые законы за тем, что всегда казалось исключительно волей случая.



Сделай сам: из чего собирается харизма | лекция Радислава Гандапаса

Лекция о том, что входит в понятие харизмы. Узнаете есть ли прямая связь между лидерством и харизмой, какие «компоненты» формируют харизму и одновременно - почему их бывает недостаточно.



Релаксация: быстрый способ снять тревожность, панику, стресс | лекция Евгении Стрелецкой

Из лекции вы узнаете о методе глубокой мышечной релаксации, который подходит для быстрого снятия тревожности, страха и стресса.



Как добиваться своих целей | лекция Михаила Лабковского

В лекции психолог Михаил Лабковский рассказывает о том, что такое здоровая мотивация, как она связана с деньгами и почему люди обесценивают свои возможности.

