

```
window.yaContextCb.push(())=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-3", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-3" }) })
```



Что за аудиоурок.

Как управлять внимание. Урок для начинающих осваивать методы психической саморегуляции (не важно, аутотренинг или другие техники самогипноза или медитации и т.п.) для решения часто возникающей проблемы с концентрацией внимания.

Простой способ, как научиться управлять своим вниманием практически без усилий

Автор Дмитрий Петухов.

Дополнительную информацию смотрите на сайте аудио-семинара: [Узн
ать подробности \(перейти на страницу аудио-семинара\)](#)

** Карточка курса:** * Название: Управление вниманием

Автор(ы): Петухов Дмитрий

Формат курса: Аудио-семинар

Цена: Бесплатно

*-данные карточки курса могут не соответствовать текущим данным о курсе, подробную информацию смотрите на сайте курса

** Другие курсы автора(ов), издателя:** Ссылки на страницы автора(ов),
издателя: Петухов Дмитрий

```
window.yaContextCb.push(()=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-2", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-2" }) })
```