

LEKCJA 2

CZYM SĄ MIKROSESJE I MAKROSESJE?

W tej lekcji opowiem Ci, jak szybko i skutecznie przerobić ten kurs.

Czy słyszałeś kiedyś o mikro i makrosesji?

Mikrosesja to coś krótkiego, co możesz przerobić w wolnej chwili np. gdy jedziesz do pracy, w przerwie pomiędzy pacjentami, wieczorem przed pójściem spać. Świetnie sprawdzi się do tego Moduł 1 lub teoria.

Makrosesja to coś dłuższego, zajmującego np. 4 godziny. Warto wykorzystywać je na część praktyczną np. na Moduł 2. Warto zaprosić modela czy modelkę i poświęcić 4 godziny nauki praktycznej.

Dlaczego to jest takie ważne, aby planować sobie mikro i makrosesje? Daje to większe prawdopodobieństwo, że przerobisz ten kurs szybko i zdobędziesz dużo wartościowej wiedzy w krótkim czasie.