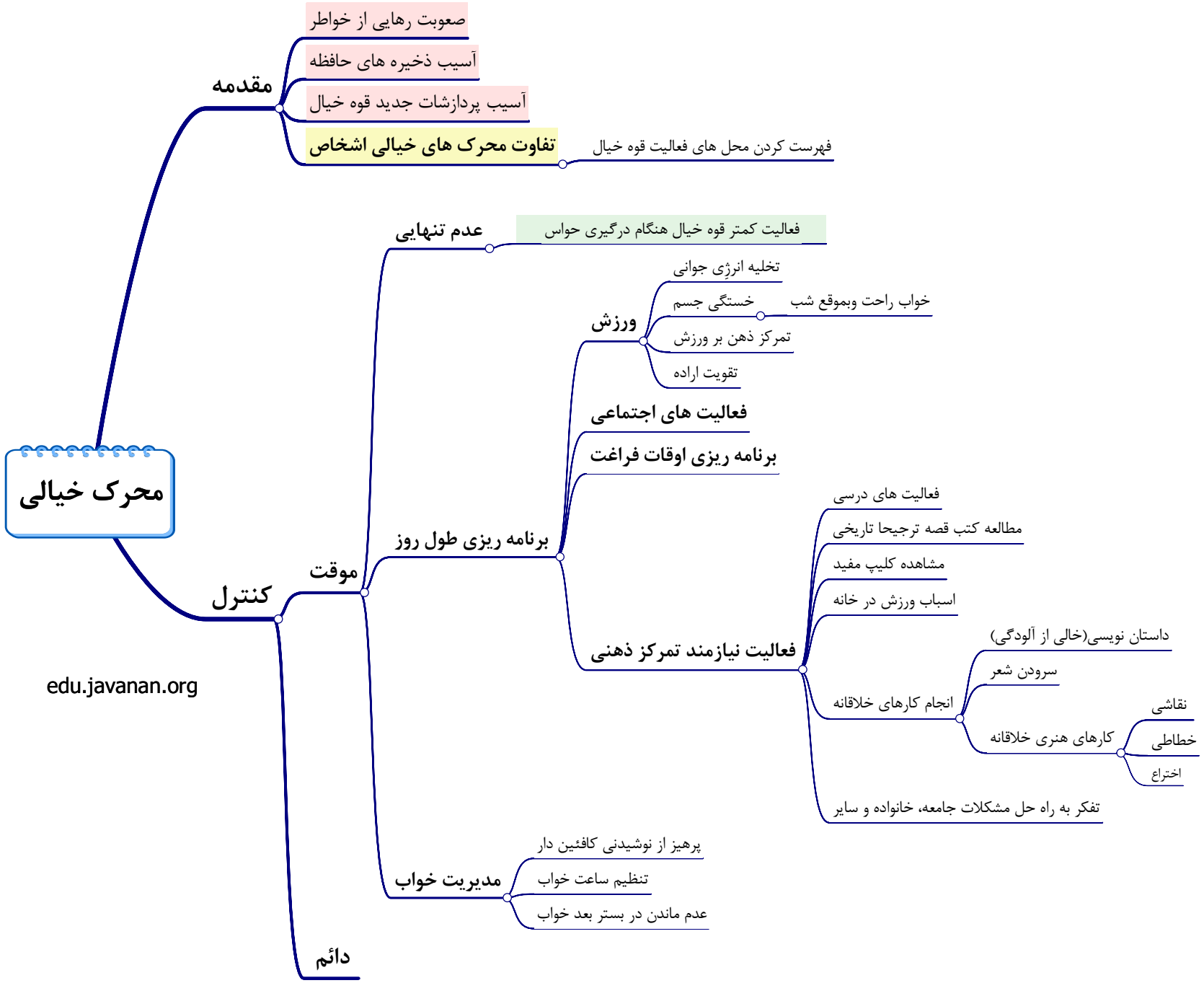
محرک خیالی
مقدمه
صعوبت رهایی از خواطر
آسیب ذخیره های حافظه
آسیب پردازشات جدید قوه خیال
تفاوت محرک های خیالی اشخاص
فهرست کردن محل های فعالیت قوه خیال
کنترل
موقت
عدم تنهایی
فعالیت کمتر قوه خیال هنگام درگیری حواس
برنامه ریزی طول روز
ورزش
تخلیه انرژِی جوانی
خستگی جسم
خواب راحت وبموقع شب
تمرکز ذهن بر ورزش
تقویت اراده
فعالیت های اجتماعی
برنامه ریزی اوقات فراغت
فعالیت نیازمند تمرکز ذهنی
فعالیت های درسی
مطالعه کتب قصه ترجیحا تاریخی
مشاهده کلیپ مفید
اسباب ورزش در خانه
انجام کارهای خلاقانه
داستان نویسی(خالی از آلودگی)
سرودن شعر
کارهای هنری خلاقانه
نقاشی
خطاطی
اختراع
تفکر به راه حل مشکلات جامعه، خانواده و سایر
مدیریت خواب
پرهیز از نوشیدنی کافئین دار
تنظیم ساعت خواب
عدم ماندن در بستر بعد خواب
دائم
edu.javanan.org