成人注意力训练 统一心理咨询 太原注意力训练

产品名称	成人注意力训练 统一心理咨询 太原注意力训练
公司名称	太原万柏林区统一心理咨询工作室
价格	面议
规格参数	
公司地址	太原市万柏林区义井长风西大街与和平南路东北角
联系电话	15035165901

产品详情

【太原市万柏林区统一心理咨询工作室】

太原统一心理咨询每周三晚间20:00~21:00与有需要的朋友互动，免费咨询。

详细练习题举例：成人找出一些图片，先把图形用纸片遮住，然后按从上到下的按次一个个显暴露来让少年识记。给少年看3遍后，把图遮上，然后每暴露一个，让少年说出下面的一个是什么。成人让少年看下列方框中的数字1分钟，然后遮上数字，并按从左到右的按次把数字显暴露来，每暴露1个数字，让少年说出它右边的数字（若是少年一遍完结欠好可重做）。

【太原市万柏林区统一心理咨询工作室】

太原统一心理咨询每周三晚间20:00~21:00与有需要的朋友互动，免费咨询。

注意力与饮食也有关系，孩子经常吃甜食或糖，这样孩子的注意力就比较差，因为糖所产生的素会直接刺激神经的注意力。台湾有个学者专门研究孩子的注意力，他发现几个孩子其实也不错，一起参加他的注意力培训班，但是有两个孩子注意力还是不理想，其原因在那里呢?就是这两个孩子喜欢喝可乐，小孩注意力训练，夏天我们的孩子，特喜欢喝可乐，那可乐的兴奋就是杀伤注意力的大敌。

【太原市万柏林区统一心理咨询工作室】

太原统一心理咨询每周三晚间20:00~21:00与有需要的朋友互动，成人注意力训练，免费咨询。

感觉能量训练：这个感觉能量练习是扩大感觉能力的基本练习之一。使我们在喧闹的场合、沸腾的市场中仍能控制自己的情绪，感应市场最内在的声音，扩大我们的认识能力，加强我们对自身的控制。

1、找一个安静的地方，躺下或坐下，用丹田呼吸法进行放松。

2、在这种非常舒适、放松的状态中，想像腹部出现金色光亮的能量，慢慢这种金色能量从腹部放大，直至象空气一样充满你的全身，保持这种想像半分钟。

3、随着呼气想像把金色能量从身体中射出，一开始，似乎感觉不到这种能量时，可以认为已感到了它，想象这种能量象蚕茧一样包围着自己的身体。

4、想象这个能量场正在扩展，太原注意力训练，辐射到离身体一米远的地方。

5、继续让这个能量场扩大，儿童注意力集中训练，让它充满整个房间。

6、想象开始将能量收回到自己的身体，收回时也要慢，感觉那我种能量的流动，体验能量扩展和收回时不同的感觉。

7、想象正在将生物能量收拢，直至从身体外收回丹田。

8、放松，体验那种安静祥和的感觉，体验放松后你身体的快乐感觉。

成人注意力训练-统一心理咨询(在线咨询)-太原注意力训练由太原万柏林区统一心理咨询工作室提供。成人注意力训练-统一心理咨询(在线咨询)-太原注意力训练是太原万柏林区统一心理咨询工作室（www.tyxlzx.net）今年全新升级推出的，以上图片仅供参考，请您拨打本页面或图片上的联系电话，索取联系人：张经理。