

انواع فعالیت

- (۱) فعالیت بازانديشانه (دستبرگ و غيره)
- (۲) سفرهای ذهنی به گذشته و آینده
- (۳) نوشتن فردی
- (۴) مطالعه و دیدن رابطه با دستبرگ دانشی
- (۵) پر کردن جدول
- (۶) مشاهده و بازخورد روی تصویر
- (۷) تماشای فیلم و کلیپ
- (۸) شنیدن موسیقی
- (۹) بازی های ذهنی
- (۱۰) مصورسازی
- (۱۱) بازی های بدنی و حرکتی
- (۱۲) فعالیت نقش پذیری (رول پلی)
- (۱۳) فعالیت های ذهن آگاهی
- (۱۴) قصه خوانی
- (۱۵) ...

