

**К О Р И С Н І Р Е К О М Е Н Д А Ц І Ї ДЛЯ УЧНІВ**

**Усе, що хочеш пам’ятати - уявляй!  
Май на увазі: усе, що ти побачив, відчув, почув – уже запам’яталося.  
Легко пригадується тільки те, що уявив.  
Не думай словами – думай образами.  
Не картай себе за невдачі, а роби з них висновки.  
Фантазуй!  
Хвали себе навіть за незначні успіхи.  
Не заучуй уроків, а уявляй що-небудь цікаве, що допоможе пригадати потрібну інформацію.  
Прокидайся із задоволенням, уявляючи майбутні успіхи.  
Перед тим, як заснути, уявляй себе здоровим і щасливим.  
Не буває поганої пам’яті, є лише невміння її використовувати.  
Ставлення до себе подібне до розфарбовування – не розфарбовуй себе в чорні й тьмяні тони.**