**На что я трачу свое время?**

Заполните таблицу, чтобы оценить свой расход времени:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Занятие, которое меня развивает** | **Часов в неделю** |
| 1 | Практическое образование |  |
| 2 | Спорт (фитнес) |  |
| 3 | Работа с подсознием |  |
| 4 | Чтение развивающих книг |  |
| 5 | Время с семьей |  |
| 6 |  |  |
| 8 |  |  |
| 9 |  |  |
| 10 |  |  |
| 11 |  |  |
| 12 |  |  |
| 13 |  |  |
| 14 |  |  |
| 15 |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Занятие, которое меня убивает** | **Часов в неделю** |
| 1 | ТВ |  |
| 2 | Сплетни |  |
| 3 | Алкоголь и(или) курение |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| 6 |  |  |
| 8 |  |  |
| 9 |  |  |
| 10 |  |  |
| 11 |  |  |
| 12 |  |  |
| 13 |  |  |
| 14 |  |  |
| 15 |  |  |