

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ ЖУРНАЛА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (ПО КАТЕГОРИИ)/МИН. В НЕД.		День №	ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (ВАЖНОСТЬ)/МИН.			МЫСЛИ И ЧУВСТВА/МИН.		
			низкая	средняя	высокая	позитивные	нейтральные	негативные
Сон		1						
Работа		2						
Транспорт		3						
Еда		4						
Спорт		5						
Магазины		6						
Интернет		7						
Работа по дому		ИТОГО						
Уход за собой								
Учеба			ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЗА НЕД.			ВЫВОДЫ:		
Развлечения			Обожаю					
Выпивка			Очень нравится					
			Нравится чуть меньше					
			Нравится					
			Нейтрально					
			Не нравится					
			Совсем не нравится					
			Ненавижу					