

אחרי החגים זה עכשיו...

כאן את טיפוס לבחור...



את מוזמנת לברוק את עצמך בחמשת השאלות הבאות:

[חברי את המספרים הכתובים ליד כל שאלה]

• מתי את הולכת לישון?

1. כשאני מתעייפת ולא מצליחה יותר לתפקד או כשאמא כבר ממש גוערת בי....
2. כל ערב פחות או יותר באותה שעה.
3. בזמן המתאים לשעה בה אני אמורה לקום למחרת בבוקר (לפי מה שאימי אומרת).

• כיצד את קמה בבוקר ביום שאין לימודים?

1. מתעוררת מעצמך כשנמאס לך לישון
2. מפעילה שעון עם נודניק שחוזר על עצמו חצי שעה או מבקשת שיעירו אותך עוד מעט...
3. מפעילה שעון מעורר או מבקשת שיעירו אותך ומיד קמה....

• לקחת שיעורי בית לחברתך מתי תעבירי לה אותם?

1. טוב שהזכרת לי כבר הספקתי לשכוח...
 2. כשאתפנה מעיסוקי אעשה זאת
- מיד כשאחזור הביתה... בעצם אולי כבר בדרך...

• מבחן מסכם- מתי את מתחילה ללמוד?

1. יום לפני המבחן... פשוט לא היה לי זמן קודם...
2. מידי פעם כשאני נזכרת... ויום לפני המבחן...
3. מיד כשהודיעו על המבחן, חלקתי את החומר והתחלתי להתכונן...

• כמה זמן לוקח לך לארגן את החדר שלך...

1. המון זמן
2. סביר
3. מהיר מאוד

10-11 כל הכבוד. הזריזה נשכרו את מצליחה לנצל את הזמן כראוי!!!

והתוצאות: 6-5 לא נעים, אבל את די דחיינית ... כדאי לך לשנות הרגלים. לטובתך וזכותך