# Чи вмієш Ти цінувати час?

Час не можна купити, і, тим більше, повернути назад. Але його можна і потрібно раціонально використовувати. Дізнатися, наскільки якісно і результативно Ти витрачаєш 24 години на добу, Тобі допоможе тест для дівчаток і хлопчиків-підлітків.

Дай відповіді на кілька запитань, і результати запиши в чернетку. Після проходження тесту Ти дізнаєшся, до якого типу людей належиш. Готовий починати? Чудово! Тоді вперед!

**1. Скільки справ Ти встигаєш зробити за один день?**

А. Менше 15.  
Б. Більше 15.

**2. Ти частенько лінуєшся починати щось нове, мотивуючи це нестачею часу.**

А. Так.  
Б. Ні.

**3. Скільки книг Ти зазвичай читаєш впродовж місяця?**

А. Менше 5.  
Б. Більше 5.

**4. Як правило, Ти рідко встигаєш робити все, що запланував на день.**

А. Так.  
Б. Ні.

**5. У Тебе часто є справи, які Ти робиш через «Не хочу».**

А. Так.  
Б. Ні.

**6. Ти був би щасливий, якби в добі було 25, а то й 26 годин.**

А. Так.  
Б. Ні.

**7. Ти прекрасно розумієш, що Твої дії далеко не завжди приносять бажаний результат, і знаєш напевне, що можеш на багато більше.**

А. Так.  
Б. Ні.

**Результати тесту**

**6-7 відповідей А** — *«Загнана конячка».* Поганий настрій і хронічна втома? Ти абсолютно не вмієш цінувати час. Необхідно терміново змінювати щось у своєму житті. Адже далі буде тільки гірше. Але не впадай у відчай, вихід є! Головне — зізнатися собі в тому, що проблема існує, і почати робити перші кроки до її вирішення. [Щоденне складання планів](http://pustunchik.ua/ua/online-school/psychology/kak-rasplanirovat-svoy-den), дотримання режиму дня, трішки старань — і в Тебе з'явиться час не тільки на важливі та необхідні справи, але й на заняття для душі.

**4-5 відповідей А** — *«Робітник».* З наміченої цілі Тебе може збити будь-яка зміна обставин. Дзвінок подруги/друга — і ось вже відведений на навчання час летить в трубу. Ось чому Ти рідко встигаєш закінчити розпочаті справи вчасно. Але не все втрачено. Якщо справа для Тебе по-справжньому важлива, ніщо не завадить Тобі її виконати швидко, легко і якісно. Отож, працюй над мотивацією.

**2-3 відповіді А** — *«Бджілка».* Твоїй активності можна позаздрити. Ти досить добре керуєш часом, хоч і можеш відступити від запланованого графіка, змінивши плани. Це про Тебе говорять «Не від світу цього». Ще б пак, адже Ти постійно щось вигадуєш, реалізовуєш, і неодмінно досягаєш свого.

**0-1 відповідь А** — *«Людина-мотор».* Ти, як ніхто, знаєш ціну часу. Такі, як Ти, живуть своїм життям, життям переможців — їздять на найкращих машинах, подорожують скільки душі заманеться, насолоджуючись усіма перевагами життя. Зазвичай люди Твого типу стають власниками компаній або успішними Том-менеджерами, адже знають, наскільки цінною є кожна хвилина в житті