

## برنامجي اليومي :

كل فرد يجيب على الأسئلة بمفرده ثم يشرك بقية المجموعة فيها

١. أستيقظ عادة في الساعة .....
٢. أبدأ يومي بـ .....
٣. في الإفطار أتناول عادة .....
٤. أفضل وقت أستطيع أن أبداع أو أن أعمل فيه .....
٥. أكون في أحسن حالاتي عندما .....
٦. عندما أشعر بإحباط .....
٧. أستمتع بقراءة .....
٨. الناس الذين أحب وجودهم حولي من أصدقائي .....
٩. أفضل وسيلة للترفيه عندي هي .....
١٠. أذهب للنوم عادة حوالي الساعة .....