

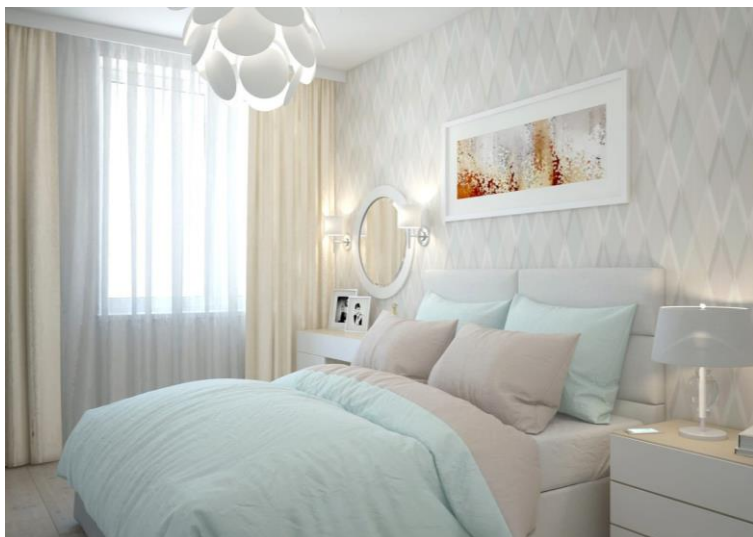
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕСТ

Наступило долгожданное лето! Весь учебный год, каждый прилагал усилия для решения задач, реализации планов. Иногда мы можем чувствовать себя истощенным и не осознаем причину усталости. Порой достаточно лишь сменить обстановку – хандры и усталости как не бывало.

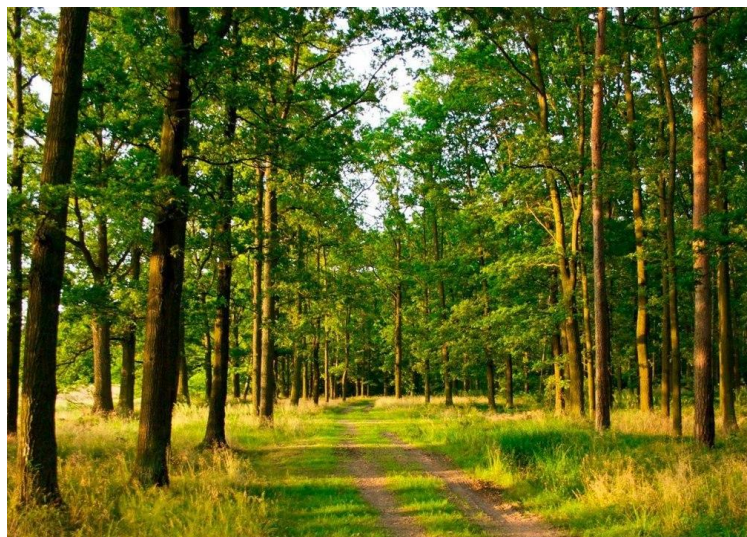
Предлагаем Вашему вниманию интересный тест по картинкам, который поможет понять, какого отдыха Вам сейчас не хватает.

Выберите понравившуюся картинку, не задумываясь. Расшифровку психологического теста найдите ниже в тексте.

1



2



3



4



Картинка № 1: Спальня, кровать

Сейчас Вам явно не хватает физического отдыха. Ваше тело работает из последних сил. Организм испытывает стресс, поэтому пора хорошенько выспаться, уделить внимание здоровью и питанию.

Картинка № 2: Лес

Сегодня Вам крайне не хватает умственного отдыха. Ежедневно вы получаете огромный объем информации, которая неосознанно заставляет Вас чувствовать тревогу. Пора отдохнуть от гаджетов и соцсетей. Начните с малого: за час до сна перестаньте пользоваться мобильным телефоном.

Картинка № 3: Загородный дом

Сейчас Вам совершенно точно не хватает отдыха от социума. Вы устали от людей, общения и эмоций. Также пора сократить частоту взаимодействия с токсичными людьми. Вам требуется уединение и погружение в себя, чтобы перезагрузиться и набраться сил.

Картинка № 4: Горы

Вам не хватает духовного отдыха. Вы буквально тонете в рутине и однообразии. Пора сменить обстановку и получить новые впечатления. Это замотивирует Вас на новые свершения.

Будьте внимательны к себе и своему состоянию!

