



В левой ячейке (**важ**) запишите важность для вас каждой сферы в данный момент вашей жизни от 0 (совсем не важно) до 10 (крайне важно). В правой ячейке (**вл**) запишите степень, в которой симптомы СДВГ негативно влияют на эту сферу жизни от 0 (совсем не влияют) до 10 (очень сильно влияют). В самой ячейке запишите пару предложений о том, в чем сказывается это влияние, например «Увольняюсь уже с третьей работы за год», «Не могу дописать диплом» или «Не могу организовать учебу и быт детей».

важ	вл	важ	вл	важ	вл
РАБОТА, ЗАНЯТОСТЬ		ОБУЧЕНИЕ, РАЗВИТИЕ		СЕМЬЯ	
важ	вл		важ	вл	
СУПРУЖЕСТВО, ИНТИМНЫЕ ОТНОШЕНИЯ		КАК СИМПТОМЫ СДВГ ВЛИЯЮТ НА ВАШУ ЖИЗНЬ?	РОДИТЕЛЬСТВО		
важ	вл	важ	вл	важ	вл
ОТДЫХ, РАЗВЛЕЧЕНИЯ		ЗДОРОВЬЕ		ДРУЖБА	