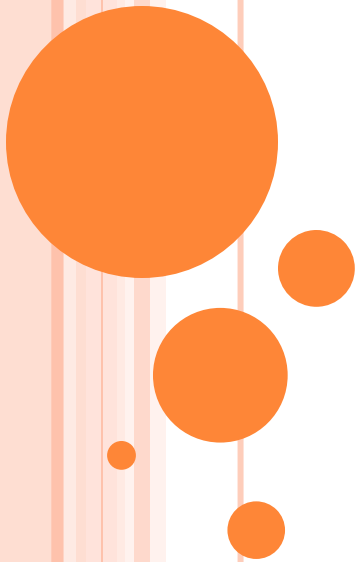


**ХОББИ — ЭТО УВЛЕЧЕНИЕ, КОТОРЫМ
ДОВОЛЬСТВУЕТСЯ ЧЕЛОВЕК, ЧТОБЫ
ПОВЫСИТЬ СВОЕ НАСТРОЕНИЕ, ПОЛУЧИТЬ
ЭСТЕТИЧЕСКОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ. ДЛЯ ХОББИ
ВЫДЕЛЯЮТ СВОБОДНОЕ ОТ УЧЕБЫ ИЛИ
РАБОТЫ ВРЕМЯ.**



РАССМОТРИМ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ НАЛИЧИЯ УВЛЕЧЕНИЯ:

- **Помогает справиться со стрессом, значительно легче избавляться от негативных мыслей.**
- **Появляется возможность расширить свой кругозор, познакомиться с большим количеством людей.**
- **Повышает самооценку.**
- **Добавляет сил и энергии, повышает бодрость.**
- **Вдохновляет человека на достижение новых целей.**
- **Благодаря увеличению можно отвлечься от проблем, сконцентрироваться на интересной деятельности и расслабиться.**
- **Хобби позволяет открыть свои сильные стороны.**

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ НАЛИЧИЯ УВЛЕЧЕНИЯ:

- **Достижения в хобби проецируются на основную работу. Так человеку гораздо проще добиваться новых успехов на профессиональном поприще.**
- **Уделяя время на хобби, повышается творческий потенциал человека, он постоянно развивается и совершенствуется.**
- **Увлечение приносит удовольствие, дает возможность сохранить положительные эмоции, быть всегда в хорошем настроении.**
- **Хобби позволяет познать самого себя.**
- **Тут не нужно придерживаться каких-то правил, можно действовать так, как подсказывает сердце.**
- **Увлечение в жизни человека способствует его спокойствию и уравновешенности.**

ВСЕ ХОББИ МОЖНО РАЗДЕЛИТЬ НА СЛЕДУЮЩИЕ КАТЕГОРИИ:

1. Рукоделие. Занятия, которые направлены на создание предметов своими руками. К таким хобби относятся выжигание по дереву, вязание, макраме, скульптинг, вышивание, рисование и многое другое.

2. Спортивное хобби. Это могут быть и занятия теннисом, футбол, фигурное катание. Все, что тем или иным способом связано с активным образом жизни.

3. Решение головоломок. Человек может увлекаться разгадыванием кроссвордов или собиранием пазлов.

4. Коллекционирование. Можно собирать марки, открытки, керамические фигурки.