**М (мизинец)** – мышление. Какие знания, опыт я сегодня получил?

**Б (безымянный)** – близость цели. Что я сегодня делал и чего достиг?

**С (средний)** – состояние духа, настроения. Каким было моё эмоциональное состояние? Настроение? Изменилось ли? В какую сторону?

**У (указательный)** – услуга, помощь. Чем я сегодня помог, чем порадовал или чему поспособствовал? Или мне в чем-то помогли?

**Б (большой)** – бодрость, здоровье. Каким было моё физическое состояние? Что я сделал для своего здоровья?