

客户姓名 _____ 日期 _____

1.你对自己的生活总体满意度打几分（满分10分）

_____ / 10

2.你对自己的生活乐趣打几分（满分10分）

_____ / 10

3.你对自己目前的职业生涯有多幸福打几分（满分10分）

_____ / 10

4.你对自己目前的压力、忙碌或杂乱无章的感觉打几分（满分10分）

_____ / 10

5.请在下面横线上加一个X，以在-5到+5的范围内，对应你对自己的喜爱程度。我喜欢我自己：

-5 _____ 0 _____ +5

6、你目前最喜欢的事情是什么？（最喜欢）

7、目前你的生活中还有哪些地方可以改进？（至少相似）

8.我正在寻找：（请勾选所有适用项）

- 为了生活中更多的意义/目的
- 为了生活中更多的满足/幸福
- 为了生活中更轻松/简单或平衡
- 为了生活中更多的自由和/或内心的平静
- 在我的职业生涯中改变或前进
- 更快/更容易地实现我的目标
- 学会更加相信自己/做真实的自己
- 其他（如果有什么你还没有提到，会是什么？） _____

9、我准备采取行动，改变我的环境、习惯和生活

可能 / 是 / 否（请圈出）