

1. میں نے اس بارے میں اپنی ترجیحات بدلیں کہ زندگی میں کیا اہم ہے۔

- 4 ----- میرے بارے میں زیادہ تر سچ ہے
- 3 ----- میرے بارے میں کسی حد تک سچ ہے
- 2 ----- میرے بارے میں تھوڑا سچ ہے
- 1 ----- میرے بارے میں سچ نہیں ہے

2. مجھے اپنی زندگی کی قدر کی اہمیت کا بہت احساس ہے۔

- 4 ----- میرے بارے میں زیادہ تر سچ ہے
- 3 ----- میرے بارے میں کسی حد تک سچ ہے
- 2 ----- میرے بارے میں تھوڑا سچ ہے
- 1 ----- میرے بارے میں سچ نہیں ہے

3. میں نے اپنی زندگی کے لیے نیا راستہ قائم کیا ہے۔

- 4 ----- میرے بارے میں زیادہ تر سچ ہے
- 3 ----- میرے بارے میں کسی حد تک سچ ہے
- 2 ----- میرے بارے میں تھوڑا سچ ہے
- 1 ----- میرے بارے میں سچ نہیں ہے

4. مجھے دوسروں کے ساتھ قربت کا زیادہ احساس ہے۔

- 4 ----- میرے بارے میں زیادہ تر سچ ہے
- 3 ----- میرے بارے میں کسی حد تک سچ ہے
- 2 ----- میرے بارے میں تھوڑا سچ ہے
- 1 ----- میرے بارے میں سچ نہیں ہے

5. اب میں جانتا ہوں کہ میں مشکل وقت کو سنبھال سکتا ہوں۔

- 4 میرے بارے میں زیادہ تر سچ ہے۔
- 3 میرے بارے میں کسی حد تک سچ ہے۔
- 2 میرے بارے میں تھوڑا سچ ہے۔
- 1 میرے بارے میں سچ نہیں ہے۔

6. میں اپنی زندگی کے ساتھ بہتر چیزیں کرنے کے قابل ہوں۔

- 4 میرے بارے میں زیادہ تر سچ ہے۔
- 3 میرے بارے میں کسی حد تک سچ ہے۔
- 2 میرے بارے میں تھوڑا سچ ہے۔
- 1 میرے بارے میں سچ نہیں ہے۔

7. میرا ایک مضبوط مذہبی عقیدہ ہے۔

- 4 میرے بارے میں زیادہ تر سچ ہے۔
- 3 میرے بارے میں کسی حد تک سچ ہے۔
- 2 میرے بارے میں تھوڑا سچ ہے۔
- 1 میرے بارے میں سچ نہیں ہے۔

8. میں نے دریافت کیا کہ میں نے جتنا سوچا تھا میں اس سے زیادہ مضبوط ہوں۔

- 4 میرے بارے میں زیادہ تر سچ ہے۔
- 3 میرے بارے میں کسی حد تک سچ ہے۔
- 2 میرے بارے میں تھوڑا سچ ہے۔

1 ----- میرے بارے میں سچ نہیں ہے

9. میں نے اس بارے میں بہت کچھ سیکھا کہ لوگ کتنے شاندار ہیں۔

4 ----- میرے بارے میں زیادہ تر سچ ہے

3 ----- میرے بارے میں کسی حد تک سچ ہے

2 ----- میرے بارے میں تھوڑا سچ ہے

1 ----- میرے بارے میں سچ نہیں ہے