

व्यक्तिगत जानकारी

१. लिंग : पुरुष/महिला
२. उमेर:
३. जाति:
४. धर्म: हिन्दु/मुस्लिम/बुद्धिष्ट / अन्य
५. वैवाहिक स्थिति : अवैवाहिक/वैवाहिक/छोट-पत्र दिएको (Divorced)/विधुवा/विधुर
६. शैक्षिक योग्यता: कुनै छैन / प्राथमिक / माध्यमिक / उच्च मा.वि.
७. के तपाईं विरामी हुनुहुन्छ ? छ छैन  
छ भने के भएको छ जस्तो लाग्छ ?

कृपया प्रत्येक प्रश्नहरू पढ्नु होस्, आफ्ना मनमा लागेका कुरा विचार गर्नुहोस् र दिएका जवाफ मध्ये कुन उपयुक्त लाग्छ चिनो लगाउनुहोस् ।

१.	तपाईं आफ्नो जीवन स्तरलाई कसरी मूल्याङ्कन गर्नु हुन्छ ?	साह्रै गरिब	गरिब	ठीक छ	राम्रो	साह्रै राम्रो
----	--	-------------	------	-------	--------	---------------

२.	तपाईं आफ्नो स्वास्थ्यदेखि कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठीक छ	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट
----	--	------------------	-----------	-------	----------	-----------------

तलका प्रश्नहरू तपाईंले विगत दुई हप्तामा भएको खास अनुभव बारे सोधिएका छन्

३.	तपाईंले कति हदसम्म यस्तो लाग्छ कि तपाईंको शारीरिक दुखाईले चाहेको, आवश्यक परेको कार्य गर्नबाट रोकिरहेको छ ?	पटकै छैन	अलिकति छ	ठिकै छ	धेरै छ	हदैछ
४.	तपाईंलाई आफ्नो दैनिक जीवन संचालन गर्न कतिको स्वास्थ्य उपचार चाहिन्छ ?	पटकै छैन	अलिकति छ	ठिकै छ	धेरै छ	हदैछ
५.	तपाईं आफ्नो जीवनलाई कतिको रमाइलो ठान्नुहुन्छ ?	पटकै छैन	अलिकति छ	ठिकै छ	धेरै छ	हदैछ
६.	तपाईंलाई कति हदसम्म आफ्नो जीवन उद्देश्य पूर्ण लाग्छ ?	पटकै छैन	अलिकति छ	ठिकै छ	धेरै छ	हदैछ
७.	तपाईं आफ्नो मनलाई कति हदसम्म एकाग्र राख्न सक्नुहुन्छ ?	पटकै छैन	अलिकति छ	ठिकै छ	धेरै छ	हदैछ
८.	तपाईंले दैनिक जीवनमा आफुलाई कतिको सुरक्षित महसुस गर्नु हुन्छ ?	पटकै छैन	अलिकति छ	ठिकै छ	धेरै छ	हदैछ
९.	तपाईंको वरिपरिको भौतिक वातावरण	पटकै छैन	अलिकति छ	ठिकै छ	धेरै छ	हदैछ

कतिको स्वस्थकर छ ?	छैन					
--------------------	-----	--	--	--	--	--

तलका प्रश्नहरु तपाईंले गत दुई हप्तामा सम्पूर्ण रुपमा अनुभव गर्नुभएको अथवा केहि घटनाको बारेमा सोधिएका छन् ।

१०.	के तपाईंसंग दैनिक जीवन कार्यको लागि प्रयाप्त शक्ति छ ?	पटकै छैन	अलिकति	ठिक	धेरैजसो	पूरे
११.	तपाईं आफ्नो शरीरको बनावटलाई कतिको स्वीकार्नु हुन्छ ?	पटकै छैन	अलिकति	ठिक	धेरैजसो	पूरे
१२.	तपाईंसंग आफ्नो जरुरत पुरा गर्नको लागि प्रयाप्त खर्च छ ?	पटकै छैन	अलिकति	ठिक	धेरैजसो	पूरे
१३.	तपाईंलाई दैनिक जीवनको लागि कतिको सूचना खबर उपलब्ध छ ?	पटकै छैन	अलिकति	ठिक	धेरैजसो	पूरे
१४.	तपाईंसंग फुर्सदमा गरिने क्रियाकलापका लागि कति हदसम्म समय उपलब्ध छ ?	पटकै छैन	अलिकति	ठिक	धेरैजसो	पूरे
१५.	तपाईंको विचारमा यात्राका लागि आफुलाई कतिको सक्षम ठान्नुहुन्छ ?	पटकै छैन	कम	नराम्रो न खराब	राम्रो	साह्रै राम्रो

विगत दुई हप्ता भित्र तपाईंले अनुभव गर्नु भएको सन्तुष्टि अथवा राम्रा घटनाहरु बारे निम्न लिखित प्रश्नहरु सोधिएका छन् ।

१६.	तपाईं आफ्नो निन्द्रासंग कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठिक	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट
१७.	तपाईं आफ्नो दैनिक कामकाजसंग कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठिक	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट
१८.	तपाईं आफ्नो कार्य क्षमतासंग कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठिक	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट
१९.	तपाईं आफू सित कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठिक	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट
२०.	तपाईं आफ्नो व्यक्तिगत सम्बन्ध प्रति कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठिक	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट
२१.	तपाईं आफ्नो यौन जीवनसंग कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठिक	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट
२२.	तपाईं आफ्नो मित्रहरुबाट पाइने सहयोगबाट कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठिक	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट

२३	तपाईं आफू बस्ने ठाउँ प्रति कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठिक	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट
२४	तपाईंले पाउनु भएको स्वास्थ्य सुविधासित कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठिक	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट
२५	तपाईं कति सजिलै यताउता घुमफिर गर्नु सक्नु हुन्छ ?	साह्रै असन्तुष्ट	असन्तुष्ट	ठिक	सन्तुष्ट	साह्रै सन्तुष्ट

गत दुई हप्ता भित्र तपाईंले गर्नु भएको अनुभव बारे निम्न लिखित प्रश्नहरू सोधिएका छन् ।

२६.	तपाईंले कतिको नकारात्मक भावना जस्तै : उदासी, झन्झट, चिन्ता, निराशा, खटपट, हीनताबोध अनुभव गर्नु हुन्छ ?	कहिले पनि होइन	कहिले काहि	प्रायः जसो	धेरै जसो	सधैं
-----	--	----------------	------------	------------	----------	------

सहयोगको लागि धन्यवाद