



## Schnelltest

1. Beantworte die Fragen spontan, ohne langes Nachdenken.
2. Markiere mit einem Kreuz auf der Skala zwischen 0 und 10.
3. Schicke mir einen Scan oder ein Foto von dem ausgefüllten Bogen spätestens 1 Tag vor unserem Gespräch per E-Mail: [info@corry-vital.com](mailto:info@corry-vital.com)

---

Name	Vorname	Datum
------	---------	-------

### Wo stehst du auf der Skala von 0 bis 10?

**Wie häufig fühlst du dich erschöpft?**    oft    0 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 10    gar nicht

**Wie oft bewegst du dich in der Woche?**    gar nicht    0 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 10    täglich

**Wie wichtig ist dir Selbstbestimmung?**    gar nicht    0 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 10    sehr

**Empfindest du öfters innere Leere?**    ja    0 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 10    nein

**Wie oft ärgerst du dich am Tag?**    mehrmals    0 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 10    nie

**Motivation Freizeit/Familie**    nicht gut    0 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 10    sehr gut

**Motivation Beruf**    nicht gut    0 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 10    sehr gut

**Wie glücklich bist du?**    gar nicht    0 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 10    sehr