

لطفاً مقابل هر مجموعه از کلمات اعداد ۵، ۴، ۳، ۲ و ۱ را قرار دهید. عدد ۵ نشان‌دهنده این است که آن مجموعه لغات برای شما از همه مهم‌تر هستند؛ ۴ پس از آن؛ ۳ کم‌تر؛ ۲ کم‌تر از آن و ۱ برای شما از همه کم اهمیت‌تر است. در هر ردیف باید از هر پنج عدد استفاده نمایید. هنگامی که نمره‌گذاری شما کامل شد، مجموع نمرات هر ستون را در زیر آن بنویسید و سپس نیازهای اساسی خود را خواهید یافت.

احساس تعلق	قدرت	نیاز به بقا	آزادی	تفریح
روابط دوستان همکاری و مشارکت	موفقیت مقصودگرایی هدفمندی	ثبات و پایداری پابندی به سنت ذهنیت سرمایه‌گذاری	لطافت طبع کاوشگری تنوع	فعال بودن سفر رفتن آزادی
شبکه دوستان خانواده ارتباطات	رشد توانمندی کنترل	قابل اطمینان وقت‌شناس مسئول و وظیفه‌شناس	ماجراجویی ریسک کردن هوای آزاد	بازی شادی لذت بردن
احساسات همدردی یاری کردن	یادگیری رقابت معیارهای بالا	سلامتی احتیاط امنیت	آزادی تغییر انتخاب‌های مختلف	خنده بشاش بودن سرگرمی
علاقه به حیوانات مهربانی گرم و صمیمی	تشخیص مورد اطاعت قرار گرفتن برنده بودن	تمیز و مرتب نظم و ترتیب دستورالعمل مشخص	استقلال شخصی فضای شخصی نوآوری	سرگرمی شوخ طبعی تفریح
درک دیگران بخشش دلسوزی	چالش / مبارزه مهارت کار	ایمنی راحتی سرپناه	خودمختاری متکی به خود اراده آزاد	انگیختگی نشاط آسان‌گیری
جمع:	جمع:	جمع:	جمع:	جمع:

بالاترین / بیش‌ترین نیاز من: _____ دوم: _____ سوم: _____ چهارم: _____
پایین‌ترین / کم‌ترین نیاز: _____