• 这些年我遇见的人，做的事里，我对什么感兴趣？我真正想要的是什么？

我对钻研问题，创作感兴趣

我真正想要的是为人们（物质或精神的）美好生活作出贡献

• 为什么这对我很重要？

因为这让我感觉到了自己的真正价值，有助于自我实现

• 当我得到我想要的，我会成为自己很想成为的什么人？

我会成为世界的探索者、社会的贡献者，有爱好的事业使我愿意投入自我（问题有点没看懂）

• 当我获得我想要的，我会给社会、组织、家庭带去什么样的正面影响？

我会以更加积极乐观的心态坚持奉献社会，同时提高家人的生活品质

• 到底是什么在阻拦我？

对个人具体方向的迷茫与不自信

对未来投身实践有畏难心理

不明白现在能做什么，明白了也不一定会坚持去做

• 我的优势和驱动力是什么？

乐观积极的心态、自主学习的能力

对美好生活的不懈追求

• 我还差哪些能力？

过硬的专业知识

敢于付诸实践的行动力和自信力

• 我有哪些资源？

学校提供的交流平台

家人同学提供的支持

• 我在担忧什么？（列出你想到的所有风险）

担心自己所做的努力不能得到理想的结果

担心会得不到足够的支持

担心实践过程中会遇到的挫折

担心自己的能力不足以应对大量挑战

• 为了完成目标，我也许需要对什么说不？

我也许需要对社恐说不

我也许需要对畏难的心理说不

我也许需要对犹豫说不

我也许需要对大量干扰判断的不同意见说不