

西垣 妙 様

幸せのバランス	点数	状態	理想
マインドの状態 思考の偏り	5	いつまでも、母親からの評価を気にして生きてきました。最近、少しずつそれが、自分とは違う事に気がつきました。自分には甘いのに、人にはこうあるべきがとても強いといわれます	
時間の使い方 ゆとり	6	子供の送り迎えの間に、買い物に行ったり楽しく過ごしてるつもりでした。	
外見美 健康美	7	ヨガをしています。	
自己信頼 セルフイメージ	5	自分に自信がないけど、認めるのがつらくて強く見せてるので、強い人だと思われています。	
衣食住 日々の生活の満足度	6	困ってるわけではないので、それなりに満足しています。	
仕事の充実度	5	専業主婦なので、何を仕事とするかは、わかりませんが、日々の生活はこなしています。	
お金	7	自由に使えるお金もあるので、不満ではないです。	
人間関係 コミュニケーション	6	友達が少ないのが悩みです	