

# Escala Revisada “Termómetro Emocional”

Alex Mitchell ©

## Instrucciones:

En las primeras cuatro columnas, por favor marque el número (0-10) que mejor cuantifique la intensidad de trastorno emocional que ha experimentado en las pasadas dos semanas, incluido el día de hoy. En las siguientes tres columnas, por favor indique, cual ha sido el impacto que este trastorno ha tenido en usted, desde cuanto tiempo ha venido experimentando estos problemas emocionales y cuanta ayuda necesita para ellos.

### 1. Distress

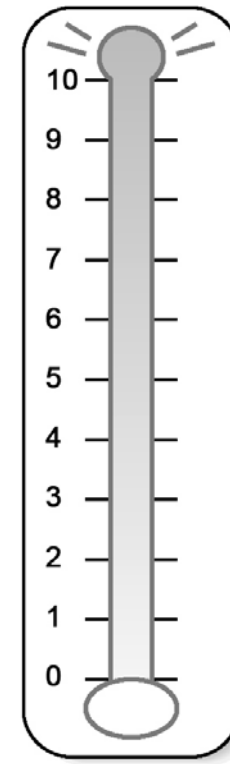
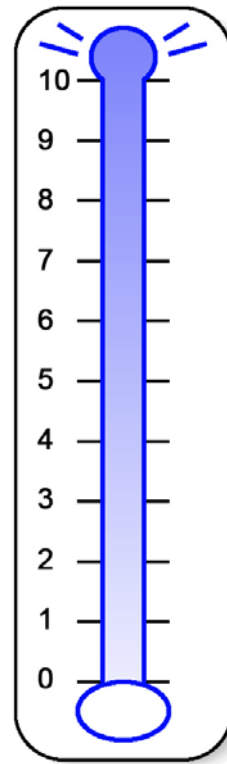
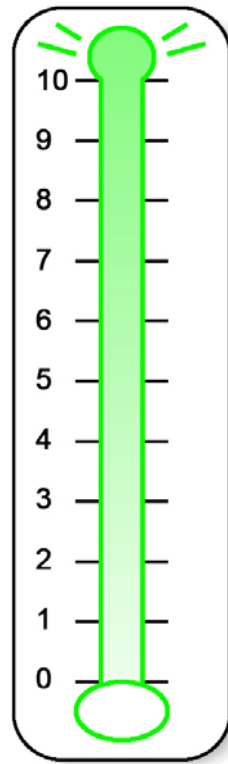
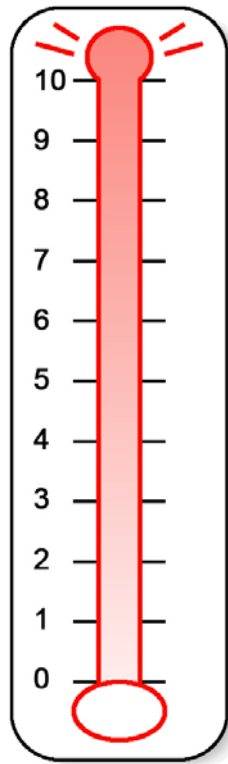
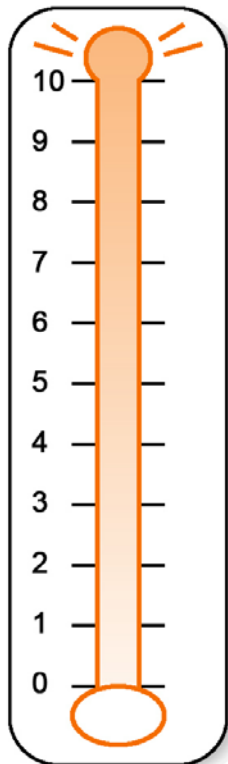
### 2. Ansiedad

### 3. Depresión

### 4. Ira

### 5. Necesidad de ayuda

Extreme



Desesperadamente

Nada

Puedo resolverlo yo mismo