

Emotion Thermometers (I Termometri delle Emozioni)

Istruzioni:
Le chiediamo di indicare, nelle prime quattro colonne, il numero che da 1 a 10 meglio descrive lo stato d'animo vissuto nella scorsa settimana, includendo anche la giornata odierna. Nell'ultima colonna Le chiediamo di indicare il bisogno di aiuto desiderato per gestire queste emozioni.

