



COME MI SONO SENTITO

Se una frase descrive il modo in cui ti sei sentito durante questa settimana fai un cerchio attorno al numero corrispondente.

- [1] Mi sono sentito triste
- [2] Mi sono sentito arrabbiato
- [3] Mi sono sentito in colpa
- [4] Mi è sembrato che nessuno mi volesse bene
- [5] Non mi sono piaciuto
- [6] Mi è sembrato che la mia vita fosse più difficile di quella degli altri
- [7] Ho avuto dolori tipo mal di testa o mal di pancia
- [8] Mi sono preoccupato per la mia salute
- [9] Mi sono sentito stanco
- [10] Ho trovato difficile concentrarmi
- [11] Non riesco a stare fermo quando ero seduto
- [12] Volevo rimanere solo
- [13] Non sono riuscito a divertirmi con niente
- [14] Ho avuto difficoltà ad addormentarmi
- [15] Ho dormito più del solito
- [16] Ho avuto poca voglia di mangiare
- [17] Ho mangiato più del solito

