

Di _____ Data _____

SITUAZIONE Quando è successo? Dove è successo? Con chi ero? Cosa stavo facendo?	SENSAZIONI che sensazioni fisiche ho avvertito? In quale parte del corpo?	EMOZIONE che tipo di emozione ho provato? Ad es. rabbia, paura, solitudine,ecc che intensità aveva? (da 0 a 10)	PENSIERI che pensieri ho avuto? C'erano delle immagini? C'erano delle voci interne?	COMPORTAMENTO come mi sono comportato? Cosa ho fatto?



Dott.ssa Fausta MARTINO Ph.D.
Psicologa - Psicogeriatra
Albo degli Psicologi dell'Emilia-Romagna sez. A - n. 10740