

Questionario auto-valutazione

Le risposte saranno raccolte in forma anonima

* Indica una domanda obbligatoria

Di seguito troverai alcune frasi relative a pensieri ed emozioni.

Ti chiediamo di indicare la risposta che meglio descrive la tua situazione, se pensi alle ultime 2 settimane.

1. Mi sono sentito ottimista riguardo al futuro *

- 1 = Mai
- 2 = Raramente
- 3 = Qualche volta
- 4 = Spesso
- 5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1 2 3 4 5

2. Mi sono sentito utile *

- 1 = Mai
- 2 = Raramente
- 3 = Qualche volta
- 4 = Spesso
- 5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1 2 3 4 5

3. Mi sono sentito rilassato *

- 1 = Mai
- 2 = Raramente
- 3 = Qualche volta
- 4 = Spesso
- 5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

4. Mi sono sentito interessato ad altre persone *

- 1 = Mai
- 2 = Raramente
- 3 = Qualche volta
- 4 = Spesso
- 5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5. Ho avuto grinta da vendere *

- 1 = Mai
- 2 = Raramente
- 3 = Qualche volta
- 4 = Spesso
- 5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

6. Ho affrontato bene i problemi *

1 = Mai

2 = Raramente

3 = Qualche volta

4 = Spesso

5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

7. Sono riuscito a pensare in modo chiaro *

1 = Mai

2 = Raramente

3 = Qualche volta

4 = Spesso

5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

8. Mi sono sentito bene con me stesso *

1 = Mai

2 = Raramente

3 = Qualche volta

4 = Spesso

5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

9. Mi sono sentito vicino ad altre persone *

1 = Mai

2 = Raramente

3 = Qualche volta

4 = Spesso

5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

10. Mi sono sentito sicuro di me *

1 = Mai

2 = Raramente

3 = Qualche volta

4 = Spesso

5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

11. Sono stato in grado di prendere decisioni *

1 = Mai

2 = Raramente

3 = Qualche volta

4 = Spesso

5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

12. Mi sono sentito amato *

1 = Mai

2 = Raramente

3 = Qualche volta

4 = Spesso

5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1 2 3 4 5

13. Mi sono interessato a cose nuove *

1 = Mai

2 = Raramente

3 = Qualche volta

4 = Spesso

5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1 2 3 4 5

14. Mi sono sentito di buon umore *

1 = Mai

2 = Raramente

3 = Qualche volta

4 = Spesso

5 = Sempre

Contrassegna solo un ovale.

1 2 3 4 5

Questi contenuti non sono creati né avallati da Google.

Google Moduli