**Αυτό-αξιολόγηση επιπέδου χαράς των παιδιών**

Για 6 συνεχόμενες εβδομάδες (42 μετρήσεις) από την απώλεια, οι μαθητές θα πρέπει να συμπληρώνουν κάθε βράδυ το ακόλουθο έντυπο αυτό-αξιολόγησης.

Αξιολόγηση των μετρήσεων:

420- 336: Πολύ χαρούμενη ζωή

336- 252: Χαρούμενη ζωή

252- 168: Μέτρια ζωή

168- …: **Πολύ σοβαρός κίνδυνος κατάθλιψης**

**«Πόσο χαρούμενα ή δυστυχισμένα ένιωσα σήμερα;»**

1. **Απίστευτα χαρούμενος.**
2. **Πολύ χαρούμενος και κεφάτος.**
3. **Σε μεγάλα κέφια.**
4. **Πολύ καλά.**
5. **Αρκετά καλά.**
6. **Έτσι κι έτσι.**
7. **Κάπως πεσμένος/η.**
8. **Αρκετά πεσμένος/η, μάλλον καταθλιπτικά.**
9. **Εντελώς καταθλιπτικά.**
10. **Η ζωή είναι μαύρη.**