# Jurnal de comportament și dispoziție



**Numele persoanei** _____

**Săptămâna din** _____

| Data | Oră | Ce s-a întâmplat înainte | Ce s-a întâmplat | Cum am reacționat | Ce a ajutat |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |