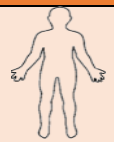
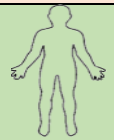
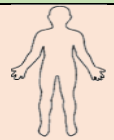
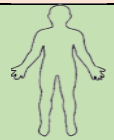
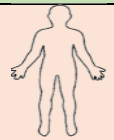
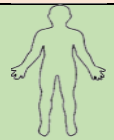
Schema mode tracker (Simpson 2020, Schema Therapy per i disturbi alimentari)

Data: ___/___/___

Ora/Stimolo attivante	Mode (spuntarne uno)		Sensazioni fisiche/ Emozioni		Messaggi
	o Bambino Deprivato/Vulnerabile o Mode Interiorizzato Disfunzionale o Bambino Arrabbiato e Impulsivo o Autoconsolatore/Protettore Distaccato o Arreso Compiacente	o Ipercontrollante o Bambino Felice o Adulto Sano o Alla ricerca di approvazione o Altro……			
	o Bambino Deprivato/Vulnerabile o Mode Interiorizzato Disfunzionale o Bambino Arrabbiato e Impulsivo o Autoconsolatore/Protettore Distaccato o Arreso Compiacente	o Ipercontrollante o Bambino Felice o Adulto Sano o Alla ricerca di approvazione o Altro……			
	o Bambino Deprivato/Vulnerabile o Mode Interiorizzato Disfunzionale o Bambino Arrabbiato e Impulsivo o Autoconsolatore/Protettore Distaccato o Arreso Compiacente	o Ipercontrollante o Bambino Felice o Adulto Sano o Alla ricerca di approvazione o Altro……			
	o Bambino Deprivato/Vulnerabile o Mode Interiorizzato Disfunzionale o Bambino Arrabbiato e Impulsivo o Autoconsolatore/Protettore Distaccato o Arreso Compiacente	o Ipercontrollante o Bambino Felice o Adulto Sano o Alla ricerca di approvazione o Altro……			
	o Bambino Deprivato/Vulnerabile o Mode Interiorizzato Disfunzionale o Bambino Arrabbiato e Impulsivo o Autoconsolatore/Protettore Distaccato Arreso Compiacente	o Ipercontrollante o Bambino Felice o Adulto Sano o Alla ricerca di approvazione o Altro……			
	o Bambino Deprivato/Vulnerabile o Mode Interiorizzato Disfunzionale o Bambino Arrabbiato e Impulsivo o Autoconsolatore/Protettore Distaccato o Arreso Compiacente	o Ipercontrollante o Bambino Felice o Adulto Sano o Alla ricerca di approvazione o Altro……			

Simpson S., Smith E. (2025). *La Schema Therapy per i disturbi dell'alimentazione. Teoria e pratica per setting individuali e di gruppo*. Giovanni Fioriti Editore, Roma.