



# MOOD TRACKER

GIOIA FELICITÀ  
SODDISFAZIONE  
SERENITÀ  
GRATITUDINE

RABBIA  
SIZZA  
FRUSTRAZIONE  
IRRITAZIONE

TRISTEZZA  
DISPERAZIONE  
MANGIANDO

DISGUSTO  
FASTIDIO  
DELUSIONE

SORPRESA  
MERAVIGLIA  
STUPORE

PAURA  
TERRORRE  
SPAVENTO  
PREOCCUPAZIONE