سريرة SAREERA

جدول تنشيط السلوك

اكتب وش سويت في كل فترة، وقيّم كل نشاط: كم استمتعت فيه (م) وكم حسيت إنك أنجزت (إ) من ٠ إلى ١٠.

	السبت	الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
الصباح							
الظهر والعصر							
المساء							

نشاط واحد أبي أضيفه الأسبوع الجاي

متى بسويه؟

© ٢٠٢٦ سريرة. جميع الحقوق محفوظة. يُسمح للأخصائي بطباعته واستخدامه مع عملائه، ويُمنع إعادة نشره أو بيعه.