

**AFFECT REGULATION CHECKLIST –
CAREGIVER REPORT ON YOUTH**

Per favore, legga le seguenti affermazioni e indichi quella che secondo lei descrive maggiormente suo figlio/sua figlia facendo riferimento agli ultimi 6 mesi.

Negli ultimi 6 mesi...	Non descrive mio/a figlio/a	Descrive poco mio/a figlio/a	Descrive abbastanza mio/a figlio/a	Descrive moderatamente mio/a figlio/a	Descrive molto mio/a figlio/a
1. Ha difficoltà a regolare le sue emozioni.					
2. Ritiene che pensare al motivo per cui prova emozioni differenti lo/a aiuti a conoscere se stesso/a.					
3. Fa fatica a non pensare alle sue emozioni.					
4. Trova molto difficile calmarsi quando si arrabbia.					
5. Ritiene che pensare al motivo per cui si comporta in un certo modo lo/a aiuti a conoscere se stesso/a.					
6. Crede che sia meglio tenere sotto controllo le emozioni e non pensarci.					
7. Ritiene che le sue emozioni prendano il sopravvento e lui/lei non possa farci niente.					
8. Ritiene che pensare alle cose che gli/le sono successe nella vita lo/la aiuti a comprendere se stesso/a.					
9. Tiene ciò che prova per sé.					
10. Quando si arrabbia ci impiega molto tempo a farsela passare.					
11. Ritiene che pensare a come si sente peggiori solo le cose.					
12. Prova a fare altre cose per non pensare a come si sente.					

**AFFECT REGULATION CHECKLIST –
CAREGIVER REPORT ON SELF**

Per favore, legga le seguenti affermazioni e indichi quella che secondo lei la descrive maggiormente facendo riferimento agli ultimi 6 mesi.

Negli ultimi 6 mesi...	Non mi descrive	Mi descrive poco	Mi descrive abbastanza	Mi descrive moderatamente	Mi descrive molto
1. Ho difficoltà a regolare le mie emozioni.					
2. Ritengo che pensare al motivo per cui provo emozioni differenti mi aiuti a conoscere me stesso/a.					
3. Faccio fatica a non pensare alle mie emozioni.					
4. Trovo molto difficile calmarmi quando mi arrabbio.					
5. Ritengo che pensare al motivo per cui mi comporto in un certo modo mi aiuti a conoscere me stesso/a.					
6. Credo che sia meglio tenere sotto controllo le emozioni e non pensarci.					
7. Ritengo che le mie emozioni prendano il sopravvento e non possa farci niente.					
8. Ritengo che pensare alle cose che mi sono successe nella vita mi aiuti a comprendere me stesso/a.					
9. Tengo per me ciò che provo.					
10. Quando mi arrabbio ci impiego molto tempo a farmela passare.					
11. Ritengo che pensare a come mi sento peggiori solo le cose.					
12. Provo a fare altre cose per non pensare a come mi sento.					

**AFFECT REGULATION CHECKLIST –
CAREGIVER REPORT ON THE RELATIONSHIP WITH THEIR CHILD**

Per favore, legga le seguenti affermazioni e pensi a come si sente quando interagisce con suo figlio/sua figlia e, più in generale, alla vostra relazione negli ultimi 6 mesi. Indichi quanto ciascuna affermazione descrive meglio la relazione tra lei e suo figlio/sua figlia.

Negli ultimi 6 mesi...	Non mi descrive	Mi descrive poco	Mi descrive abbastanza	Mi descrive moderatamente	Mi descrive molto
1. Ho difficoltà a regolare le mie emozioni nei confronti di mio figlio/mia figlia e della nostra relazione.					
2. Trovo molto difficile calmarmi quando sono arrabbiato/a per mio figlio/mia figlia e la nostra relazione.					
3. Ciò che sento per mio figlio/mia figlia e la nostra relazione prende il sopravvento su di me e non posso farci niente.					
4. Quando mi arrabbio per mio figlio/mia figlia e la nostra relazione ci impiego molto tempo a farmela passare.					
5. Pensare al motivo per cui provo emozioni differenti per mio figlio/mia figlia mi aiuta a imparare di più sulla nostra relazione.					
6. Pensare al motivo per cui agisco in un determinato modo verso mio figlio/mia figlia mi aiuta a comprendere meglio la nostra relazione.					
7. Il tempo che passo a pensare a quello che succede tra me e mio figlio/mia figlia mi aiuta a comprendere meglio la nostra relazione.					
8. Pensare a ciò che sento verso mio figlio/mia figlia peggiora soltanto la nostra relazione.					
9. Faccio di tutto per non pensare a ciò che provo verso mio figlio/mia figlia e la nostra relazione.					

Negli ultimi 6 mesi...	Non mi descrive	Mi descrive poco	Mi descrive abbastanza	Mi descrive moderatamente	Mi descrive molto
10. È meglio tenere sotto controllo ciò che sento verso mio figlio/mia figlia e la nostra relazione e non pensarci.					
11. Tengo per me ciò che provo verso mio figlio/mia figlia e la nostra relazione.					
12. Provo a fare altre cose per non pensare a come mi sento verso mio figlio/mia figlia e la nostra relazione.					