

### Scale of Positive and Negative Experience (SPANE)

© Copyright by Ed Diener and Robert Biswas-Diener, January 2009.

Pensi a cosa ha fatto e ha provato durante le ultime quattro settimane. Poi riporti quanto spesso ha provato ognuno dei seguenti sentimenti, utilizzando la seguente scala:

1	2	3	4	5
Molto raramente o mai	Raramente	A volte	Spesso	Molto spesso o sempre

Nelle ultime quattro settimane il mio stato d'animo è stato ...	Molto raramente o mai	Raramente	A volte	Spesso	Molto spesso o sempre
	1	2	3	4	5
...positivo	<input type="checkbox"/>				
...negativo	<input type="checkbox"/>				
...buono	<input type="checkbox"/>				
...cattivo	<input type="checkbox"/>				
...piacevole	<input type="checkbox"/>				
...spiacevole	<input type="checkbox"/>				
...felice	<input type="checkbox"/>				
...triste	<input type="checkbox"/>				
...impaurito	<input type="checkbox"/>				
...gioioso	<input type="checkbox"/>				
...arrabbiato	<input type="checkbox"/>				
...soddisfatto	<input type="checkbox"/>				

Credit of the translation goes to Laura Giuntoli