

¿Cuál es la sensación física que estás calificando?					
Día 1	¿Qué estás haciendo?	Gravedad de la sensación física (0 Ninguna en absoluto – 10 La peor de todas)	Emoción (baja, preocupada, feliz, relajada, enojada)	Fuerza de la emoción (1 muy bajo – 10 muy alto)	Comentarios
Mañana Qué Dónde Cuando Quién					
Tarde Qué Dónde Cuando Quién					
Noche ¿Qué Dónde Cuando Quién					

¿Cuál es la sensación física que estás calificando?					
Día 2	¿Qué estás haciendo?	Gravedad de la sensación física (0 Ninguna en absoluto – 10 La peor de todas)	Emoción (baja, preocupada, feliz, relajada, enojada)	Fuerza de la emoción (1 muy bajo – 10 muy alto)	Comentarios
Mañana Qué Dónde Cuando Quién					
Tarde Qué Dónde Cuando Quién					
Noche ¿Qué Dónde Cuando Quién					

¿Cuál es la sensación física que estás calificando?					
Día 3	¿Qué estás haciendo?	Gravedad de la sensación física (0 Ninguna en absoluto – 10 La peor de todas)	Emoción (baja, preocupada, feliz, relajada, enojada)	Fuerza de la emoción (1 muy bajo – 10 muy alto)	Comentarios
Mañana Qué Dónde Cuando Quién					
Tarde Qué Dónde Cuando Quién					
Noche ¿Qué Dónde Cuando Quién					

¿Cuál es la sensación física que estás calificando?					
Día 4	¿Qué estás haciendo?	Gravedad de la sensación física (0 Ninguna en absoluto – 10 La peor de todas)	Emoción (baja, preocupada, feliz, relajada, enojada)	Fuerza de la emoción (1 muy bajo – 10 muy alto)	Comentarios
Mañana Qué Dónde Cuando Quién					
Tarde Qué Dónde Cuando Quién					
Noche ¿Qué Dónde Cuando Quién					

¿Cuál es la sensación física que estás calificando?					
Día 5	¿Qué estás haciendo?	Gravedad de la sensación física (0 Ninguna en absoluto – 10 La peor de todas)	Emoción (baja, preocupada, feliz, relajada, enojada)	Fuerza de la emoción (1 muy bajo – 10 muy alto)	Comentarios
Mañana Qué Dónde Cuando Quién					
Tarde Qué Dónde Cuando Quién					
Noche ¿Qué Dónde Cuando Quién					

¿Cuál es la sensación física que estás calificando?					
Día 6	¿Qué estás haciendo?	Gravedad de la sensación física (0 Ninguna en absoluto – 10 La peor de todas)	Emoción (baja, preocupada, feliz, relajada, enojada)	Fuerza de la emoción (1 muy bajo – 10 muy alto)	Comentarios
Mañana Qué Dónde Cuando Quién					
Tarde Qué Dónde Cuando Quién					
Noche ¿Qué Dónde Cuando Quién					

¿Cuál es la sensación física que estás calificando?					
Día 7	¿Qué estás haciendo?	Gravedad de la sensación física (0 Ninguna en absoluto – 10 La peor de todas)	Emoción (baja, preocupada, feliz, relajada, enojada)	Fuerza de la emoción (1 muy bajo – 10 muy alto)	Comentarios
Mañana Qué Dónde Cuando Quién					
Tarde Qué Dónde Cuando Quién					
Noche ¿Qué Dónde Cuando Quién					