# Stresstagebuch – Verlauf

Vor- und Nachname:

Ausgefüllt vom: Bis zum:

## Wie geht es Ihnen heute?

| | Datum/Tag | Datum/Tag | Datum/Tag | Datum/Tag | Datum/Tag | Datum/Tag | Datum/Tag |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| … sehr gut | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| … gut | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| … normal | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| … nicht so gut | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| … eher schlecht | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| … keine Angabe | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| | Datum/Tag | Datum/Tag | Datum/Tag | Datum/Tag | Datum/Tag | Datum/Tag | Datum/Tag |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| … sehr gut | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| … gut | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| … normal | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| … nicht so gut | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| … eher schlecht | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| … keine Angabe | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

stresstagebuch.de | stress-diary.com | Copyright 2004-2024