

Lundi			
Mardi			
Mercredi			
Jeudi			
Vendredi			
Samedi			
Dimanche			

Utilisez ce tableau pour
calculer la note de réaction

Réaction:.....1

Déclencheur:

Intense.....0

Moyen.....0,5

Facile.....1

Intensité de la réaction:

Faible.....0

Moyenne.....0,5

Intense.....1

Facilité à quitter la situation:

Facile.....0

Besoin d'insister un peu.....0,5

Obligé de forcer.....1

Retour à la normale:

Rapide.....0

Un peu de temps.....0,5

Très long/Jamais.....1

Inscrivez la note sur 5 avec
les informations pertinentes
dans chaque case

Semaine du:

Nombre de réactions:

Note moyenne:

/5