

DIARIO DE TURBACIONES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
7:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
7:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
8:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
8:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
9:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
9:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
10:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
10:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
11:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
11:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
12:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
12:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
1:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
1:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
2:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
2:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
3:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
3:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
4:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
4:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
5:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
5:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
6:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
6:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
7:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
7:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
8:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
8:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
9:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
9:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
10:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____
10:30 _____	_____	_____	_____	_____	_____
11:00 _____	_____	_____	_____	_____	_____

DIARIO DE TURBACIONES

Domingo	¿Qué disparó el evento? (qué sucedió)	¿Qué pensaste?	¿Qué hiciste	¿Qué querías?
7:00 _____	1.	1.	1.	1.
7:30 _____				
8:00 _____				
8:30 _____	2.	2.	2.	2.
9:00 _____				
9:30 _____				
10:00 _____	3.	3.	3.	3.
10:30 _____				
11:00 _____				
11:30 _____	4.	4.	4.	4.
12:00 _____				
12:30 _____				
1:00 _____	5.	5.	5.	5.
1:30 _____				
2:00 _____				
2:30 _____	6.	6.	6.	6.
3:00 _____				
3:30 _____				
4:00 _____	7.	7.	7.	7.
4:30 _____				
5:00 _____				
5:30 _____				
6:00 _____				
6:30 _____				
7:00 _____				
7:30 _____				
8:00 _____				
8:30 _____				
9:00 _____				
9:30 _____				
10:00 _____				
10:30 _____				
11:00 _____				