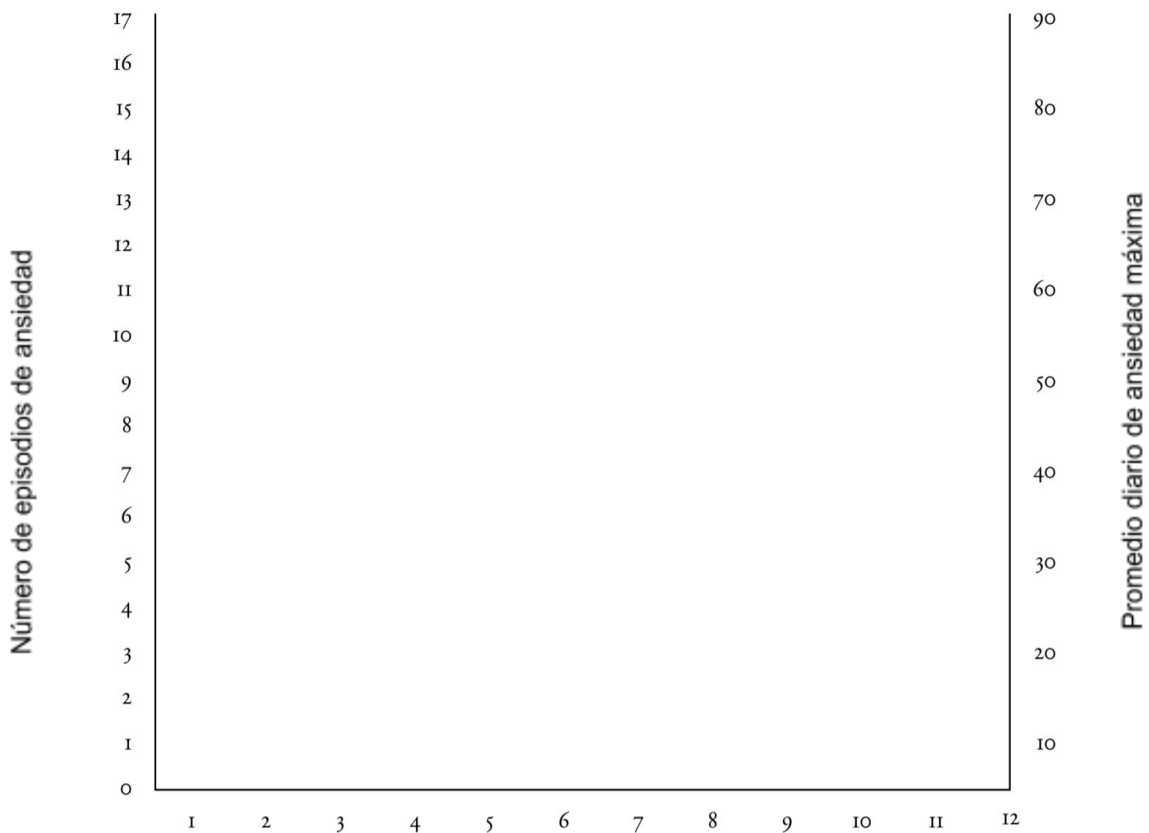

Registro de progreso

Eje izquierdo: Número de episodios de ansiedad por semana (del número de registro de preocupaciones).

Eje derecho: Promedio de ansiedad máxima diaria por semana (del registro diario de estado de ánimo).



Traducido por el equipo de Psyciencia.com

Derechos reservados: Michelle G. Craske, David H. Barlow *Mastery of Your Anxiety and Worry: Learning to Recognize Your Own Anxiety*. Copyright © 2006 by Oxford University Press
Oxford Clinical Psychology | Oxford University Press