

Evento A: "Ya no hay acciones y por ende no hay dinero para la mudanza".	Evento B: "Despido laboral por ineficacia en el puesto ocupado"	Evento C: "Pelea con su mejor amiga".	Evento D: "Un amigo le pide dinero y le insulta porque ella no se lo presta".
Pensamiento A Era mío y me lo ha quitado	Pensamiento B ¡Él es el inútil! ¡Qué se piensa!	Pensamiento C ¡Que la parta un rayo!	Pensamiento D Es un aprovechado.
Pistas sensoriales A Oía un piano, olía a pescado, veía la camisa roja de su tía...	Pistas sensoriales B: Veía el brillo de la pantalla, el color celeste de la camisa, oía el sonar del teléfono...	Pistas sensoriales C Siente el gusto a fresa de su caramelo, escucha el sonido de los coches, huele a césped y siente en su piel la humedad del mismo...	Pistas sensoriales D Huele el sudor del amigo, ve las manchas en la camisa blanca, escucha los insultos...
Sentimiento A Indignación.	Sentimiento B Impotencia y desvalorización	Sentimiento C Pesimismo y desesperanza.	Sentimiento D Desprotección y furia ante el ataque.
Emoción A Enfado	Emoción B Rabia y tristeza.	Emoción C Tristeza.	Emoción D Miedo
Sensaciones corporales A: Ejemplo: escalofrío por todo el cuerpo, tiembla, le sudan las manos, se le eriza la nuca, un nudo le aprieta la garganta.	Sensaciones corporales B: Ejemplo: enrojecimiento de la cara, flojera en los músculos, calor en el pecho, taquicardia.	Sensaciones corporales C: Ejemplo: sudor en las manos, dolor en los ojos, calor en todo el cuerpo	Sensaciones corporales D: Ejemplo: dolor en el pecho, tensión hombros, estremecimiento
Sentir profundo A: Indigestión, ira e ignominia.	Sentir profundo B: No soy capaz, No llego al Rendimiento esperado.	Sentir profundo C: Soledad, abandono	Sentir profundo D: Agresión, mancha, ensuciada

