

SUIVI DE THÉRAPIE

Semaine	Boulimies	V/L/D	Bonnes Journées	Poids	Événements, commentaires
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

1^{re} colonne : Nombres de semaines de traitement.

2^e colonne : Notez le nombre d'accès boulimiques survenus au cours de cette semaine.

3^e colonne : Notez le nombre de vomissements (V), combien de fois vous avez utilisé des laxatifs (L), combien de fois vous avez utilisé des diurétiques (D).

4^e colonne : Notez le nombre de « bonnes journées ». **Vous avez eu une bonne journée lorsque vous avez fait de votre mieux pour respecter les objectifs actuels du programme.** La définition évoluera en cours de traitement à mesure que les objectifs thérapeutiques progresseront. Par exemple si vous en êtes à l'étape où votre seul objectif consiste à compléter votre journal d'auto-observation, vous considérerez la journée comme bonne si vous avez bien complété le journal, et ce même si vous avez eu plusieurs boulimies.

5^e colonne : Notez votre poids. Si vous vous êtes pesé plus d'une fois dans la semaine, ne notez que le poids que vous aviez au moment prévu pour la pesée.

6^e colonne : Vous pouvez noter les événements significatifs, la progression des étapes de thérapie, etc.