

$$\begin{pmatrix} B_{xx} & B_{xy} & B_{xz} \\ B_{xy} & B_{yy} & B_{yz} \\ B_{xz} & B_{yz} & B_{zz} \end{pmatrix} \longleftrightarrow [B_{xx} \quad B_{yy} \quad B_{zz} \quad \sqrt{2}B_{xy} \quad \sqrt{2}B_{xz} \quad \sqrt{2}B_{yz}]$$