

Дневник за цели

Дневник с насоки за 30 дни

Хибриден

Създадено с LoomJournals

Как да използвате този дневник

Добре дошли във вашия дневник! Ето няколко съвета, за да извлечете максимума от него:

- 1 Отделяйте няколко минути всеки ден за писане
- 2 Бъдете честни и пишете свободно, без да се съдите
- 3 Опитайте се да пишете по едно и също време всеки ден, за да изградите навик
- 4 Преглеждайте записите си всяка седмица, за да забележите тенденции

-
- Всяка сутрин оценете мотивацията и енергията си, след което запишете трите си основни приоритета и стъпки за действие
 - През деня отбелязвайте всички пречки, на които се натъкнете
 - Всяка вечер оценете напредъка по целите си, запишете постиженията си и извлечете поуката на деня
 - Преди да приключите, запишете целите си за утре, за да подготвите съзнанието си за следващия ден



Сканирайте за подробно ръководство как да използвате този дневник

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?

ДНЕВНИК ЗА ЦЕЛИ



Дата _____

Напредък по целта:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на мотивация:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ниво на енергия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



ТОП 3 ПРИОРИТЕТА

Трите най-важни неща за постигане днес

СТЪПКИ ЗА ДЕЙСТВИЕ

Конкретни стъпки, които можете да предприемете днес към целта си

ПОСТИЖЕНИЕ ЗА ДЕНЯ

Какво постигнахте днес? Отпразнувайте го

ПРЕЧКА

Какво препятствие срещнахте или очаквате?

НАУЧЕН УРОК ДНЕС

Какво бихте направили по различен начин следващия път?
