


Urapäiväkirja



30 päivän ohjattu päiväkirja



Päivittäinen merkintä

Luotu LoomJournals-palvelulla

Kuinka käyttää tätä päiväkirjaa

Tervetuloa päiväkirjasi pariin! Tässä muutamia vinkkejä, joilla saat siitä parhaan hyödyn:

- 1 Varaa muutama minuutti joka päivä kirjoittamiseen
- 2 Ole rehellinen ja kirjoita vapaasti arvostelematta
- 3 Yritä kirjoittaa samaan aikaan joka päivä tavan muodostamiseksi
- 4 Käy merkintäsi läpi viikoittain havaitaksesi toistuvia kaavoja

-
- Avaa päiväkirja jokaisen työpäivän päätteeksi — johdonmukaisuus on avaintapa
 - Kirjaa yksi konkreettinen saavutus: suoritettu tehtävä, ratkaistu ongelma tai onnistunut keskustelu
 - Merkitse yksi harjoittamasi taito ja yksi oivallus tai oppi
 - Tallenna saatu palaute ja pohdi yhtä kohtaamaasi haastetta
 - Päätä kirjoittamalla tärkein tavoitteesi huomiseksi, jotta aloitat seuraavan päivän selkeydellä



Skannaa saadaksesi yksityiskohtaisen oppaan tämän päiväkirjan käyttöön

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaus sessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaussessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaus sessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaussessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaussessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaussessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaussessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaussessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaus sessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaus sessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvaus sessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*

Päivämäärä: _____

Päivän saavutus *(mitä saavutit tänään? juhli sitä)*

Kehitetyt taidot *(mitä taitoja harjoittelit tai kehitit tänään?)*

Mitä opin *(minkä valokuvausoppitunnin tai oivalluksen tämä kuvausessio opetti sinulle?)*

Saatu palaute *(saitko palautetta kollegoilta, esihenkilöiltä tai asiakkailta?)*

Päivän haaste *(mikä este tai vaikeus tuli vastaan? miten selvisit siitä?)*

Huomisen tavoite *(mikä on se yksi tärkein asia, jonka haluat saavuttaa huomenna?)*