


Päätöspäiväkirja



30 päivän ohjattu päiväkirja



Yhdistelmä

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

-
- Arvioi tunnetilasi ja luottamuksesi ennen kirjoittamista — matalat arvot viittaavat lisävarovaisuuden tarpeeseen
 - Ilmaise päätös selkokielellä, listaa todelliset vaihtoehdot ja kirjoita perustelusi rehellisesti
 - Kirjaa odotettu lopputulos todennäköisyysarviolla, jos mahdollista
 - Palaa merkintään lopputuloksen selvittyä täyttääksesi tuloksen ja opitut asiat — tässä kasvu tapahtuu



Skannaa saadaksesi yksityiskohtaisen oppaan tämän päiväkirjan käyttöön

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä:

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä:

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä:

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*

Päivämäärä: _____

Päätöksen varmuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tunnetila:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Panokset:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Peruutettavuus:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Päätös *(ilmaise päätös selkeästi — mistä tarkalleen olet päättämässä? sanamuodon tulisi olla ymmärrettäv...)*

Konteksti *(mikä ajaa tätä päätöstä? tausta, rajoitteet, aikarajat ja keihin se vaikuttaa)*

Vaihtoehdot *(listaa vaihtoehdot, joita harkitsit vakavasti — mukaan lukien vaihtoehto olla tekemättä mitä...)*

Perustelu *(miksi tämä vaihtoehto? esitä logiikka, arvot ja kompromissit)*

Odotettu lopputulos *(mitä odotat tapahtuvan tämän päätöksen seurauksena?)*
