

Journal sa Pagpapasya

— ● —
Isang 30-Araw na Gabay na Journal

Hybrid

Ginawa gamit ang LoomJournals

Paano Gamitin ang Journal na Ito

Maligayang pagdating sa iyong journal! Narito ang ilang tip para masulit ito:

- 1 Maglaan ng ilang minuto bawat araw para magsulat
- 2 Maging tapat at sumulat nang malaya nang walang paghatol
- 3 Subukang magsulat sa parehong oras araw-araw para maging ugali
- 4 Suriin ang iyong mga entry linggu-linggo para mapansin ang mga pattern

-
- I-rate ang iyong emosyonal na kalagayan at kumpiyansa bago magsulat -- ang mababang score ay senyales ng pangangailangan ng dagdag na pag-iingat
 - Sabihin ang desisyon sa simpleng pananalita, ilaran ang mga tunay na alternatibo, pagkatapos isulat ang iyong pangangatwiran nang matapat
 - Itala ang iyong inaasahang resulta kasama ang probability estimate kung maaari
 - Bumalik pagkatapos malaman ang resulta para punan ang resulta at mga aral na natutunan -- dito nangyayari ang paglago



I-scan para sa detalyadong gabay kung paano gamitin ang journal na ito

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang tao.

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng is

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng is

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng is

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng is

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng is

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng is

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off

JOURNAL SA PAGPAPASYA

Petsa _____

Kumpiyansa sa desisyon:

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

Emosyonal na kalagayan:

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

Taya:

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

Kakayahang bawiin:

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

ANG DESISYON

Sabihin nang malinaw ang desisyon -- ano eksakto ang iyong pinagdedesisyunan? Ang pagkakasulat ay dapat maintindihan kahit ng isang

KONTEKSTO

Ano ang nagtutulak sa desisyong ito? Background, mga limitasyon, deadline, at sino ang maaapektuhan

MGA ALTERNATIBO

Ilista ang mga opsyon na seryoso mong isinaalang-alang -- kasama ang opsyong walang gawin

PANGANGATWIRAN

Bakit ang opsyong ito? Ilatag ang lohika, mga pagpapahalaga, at mga trade-off