

---



# Dnevnik odluka

---



Vođeni dnevnik od 30 dana



Hibrid



Izrađeno pomoću LoomJournals

---

# Kako koristiti ovaj dnevnik

---

Dobrodošli u svoj dnevnik! Evo nekoliko savjeta kako da ga najbolje iskoristite:

- 1 Svaki dan odvojite nekoliko minuta za pisanje
- 2 Budite iskreni i pišite slobodno bez prosuđivanja
- 3 Pokušajte pisati u isto vrijeme svaki dan kako biste izgradili naviku
- 4 Pregledajte svoje zapise tjedno kako biste uočili obrasce

- 
- Ocijenite svoje emocionalno stanje i pouzdanost prije pisanja — niski rezultati signaliziraju potrebu za dodatnim oprezom
  - Izrecite odluku jasnim jezikom, navedite stvarne alternative, zatim iskreno zapišite svoje razmišljanje
  - Zabilježite očekivani ishod s procjenom vjerojatnosti ako je moguće
  - Vratite se nakon što je ishod poznat kako biste upisali rezultat i naučene lekcije — tu se događa rast



Skenirajte za detaljan vodič o korištenju ovog dnevnika

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Emocionalno stanje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ulozi: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Reverzibilnost: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Emocionalno stanje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ulozi: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Reverzibilnost: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Emocionalno stanje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ulozi: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Reverzibilnost: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Emocionalno stanje: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Ulozi: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reverzibilnost: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Emocionalno stanje:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Ulozi:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Reverzibilnost:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

Sigurnost u odluku: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Emocionalno stanje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ulozi: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Reverzibilnost: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Odluka** (jasno navedite odluku - o čemu točno odlučujete? formulacija bi trebala biti razumljiva čak i djetetu)

---

---

---

**Kontekst** (što pokreće ovu odluku? pozadina, ograničenja, rokovi i na koga utječe)

---

---

---

**Alternative** (navedite opcije koje ste ozbiljno razmatrali - uključujući opciju da ne radite ništa)

---

---

---

**Obrazloženje** (zašto ova opcija? izložite logiku, vrijednosti i kompromise)

---

---

---

**Očekivani ishod** (što očekujete da će se dogoditi kao rezultat ove odluke?)

---

---

---