


Dnevnik naučenih lekcija



Vođeni dnevnik od 30 dana



Dnevni unos

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

-
- Prisjetite se specifične situacije — odluke, greške ili iznenađujućeg ishoda — i opišite je činjenično
 - Zabilježite stvarni ishod: što se dogodilo, je li odgovaralo vašim očekivanjima i kako je utjecalo na vas
 - Izvucite ključnu lekciju: najvažniji uvid koji nosite iz ovog iskustva
 - Razmislite što biste učinili drugačije — budite specifični o jednoj promjeni koja bi najviše značila
 - Posvetite se konkretnim koracima djelovanja kako bi lekcija postala trajna promjena u ponašanju, a ne samo misao



Skenirajte za detaljan vodič o korištenju ovog dnevnika

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

Datum: _____

Situacija (ukratko opišite situaciju, odluku ili događaj koji je doveo do ove lekcije)

Ishod (što se zapravo dogodilo kao rezultat?)

Današnja naučena lekcija (što biste sljedeći put napravili drugačije?)

Učinio/la bih drugačije (s današnjom perspektivom, što biste promijenili?)

Koraci djelovanja (konkretni koraci koje danas možete poduzeti prema svom cilju)

Današnje razmišljanje (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)
