


Iroi naplo



30 napos vezetett napló



Vegyes

Készült a LoomJournals segítségével

Hogyan használd ezt a naplót

Üdvözlünk a naplódban! Íme néhány tipp, hogy a legtöbbet hozd ki belőle:

- 1 Szánj naponta néhány percet az írásra
- 2 Légy őszinte és íj szabadon, ítékezés nélkül
- 3 Próbálj minden nap ugyanabban az időben írni, hogy szokássá váljon
- 4 Hetente tekintsd át a bejegyzéseidet, hogy észrevedd a mintákat

-
- Kezdje a követővel: értékelje irási elégedettségét, kreativitását és hogy elérje-e a célját
 - Írjon szabadon legalább 15 percig szerkesztés vagy megállás nélkül
 - Rögzítse a napi megfigyeléseket, hallott párbeszédet és érzelmi részleteket
 - Válasszon fel egy karaktert vagy jelenetet — meg egy gyors bekezdés is építi a mesterséget
 - Rögzítsen történet-csirákat: mi-lenne-ha kérdéseket, nyitó sorokat, cselekményfordulatokat
 - Reflektáljon arra, mi működött és mi akadt el az írásában ma



Dátum: _____

Írói elégedettség:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írd, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:

Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*

Dátum: _____

Írói elégedettség: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kreativitás szintje: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Írási cél teljesítve:



Napi szabad írás *(írj, ami eszedbe jut — egy jelenet, egy gondolat, egy emlék. ne szerkeszd, csak hagyd ...)*

Megfigyelések és ötletek *(dolgok, amiket ma észrevettél — elkapott párbeszéd, egy élénk kép, egy tör...)*

Karakter / jelenet vázlat *(vázolj fel egy karaktert vagy jelenetet — megjelenés, hang, szokások, helyszí...)*

Történetcsírák *(csírák jövőbeli történetekhez: 'mi lenne, ha' kérdések, nyitómondatok, váratlan fordulatok)*
