

Pasimatymų dienoraštis

— ● —
30 dienų vadovaujamas dienoraštis

Mišrus

Sukurta su LoomJournals

Kaip naudotis šiuo dienoraščiu

Sveiki atvykę į savo dienoraštį! Štai keli patarimai, kaip išnaudoti jį kuo geriau:

- 1 Kasdien skirkite kelias minutes rašymui
- 2 Būkite sąžiningi ir rašykite laisvai, neteisdami savęs
- 3 Stenkitės rašyti tuo pačiu metu kiekvieną dieną, kad susiformuotų įprotis
- 4 Kas savaitę peržiūrėkite savo įrašus, kad pastebėtumėte dėsingumus

-
- Užpildykite sekimo dalį iškart po kiekvieno pasimatymo, kol detalės šviežios
 - Sąžiningai įvertinkite chemiją, jaudulį ir komfortą — niekas kitas to nematys
 - Parašykite apie pasimatymą: kurėjote, ką darėte, kas išsiskyrė
 - Pažymėkite raudonas ir žalias vėliavas — abi vienodai svarbios
 - Peržiūrėkite ankstesnius įrašus kas savaitę, kad pastebėtumėte pasikartojančias temas



Nuskenaukite, kad gautumėte išsamų šio dienoraščio naudojimo vadovą

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, manieros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, manieros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, manieros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, manieros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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



PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, maneros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo

PASIMATYMŲ DIENORAŠTIS

Data _____

Pasimatymas Nr.: _____

Chemija:

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

Jaudulio lygis:

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

Komforto lygis:

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

PASIMATYMO APŽVALGA

Kurėjote? Ką veikėte? Apibūdinkite pasimatymą nuo pradžios iki galo

PIRMI ĮSPŪDŽIAI

Kas šiame žmoguje patraukė dėmesį? Išvaizda, energija, manieros

POKALBIO AKCENTAI

Temos, kurios sudomino, juoko akimirkos ir nuoširdus ryšys

RAUDONI / ŽALI SIGNALAI

Teigiami ir nerimą keliantys signalai iš šio bendravimo