

Produktyvumo 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 dėsningumus

-
- Kiekvieną rytą įvertinkite energijos, dėmesio ir motyvacijos lygius (1-10) sekimo skiltyje
 - Užrašykite 3 svarbiausius dienos prioritetus -- užduotis, kurios labiausiai pajudins reikalus
 - Pažymėkite ryto rutiną ir mankštą, kad kurtumėte nuoseklius kasdieninius įpročius
 - Vakare užrašykite didžiausią laimėjimą, pasiekimus ir dienos šviesiausią akimirką
 - Pasižymėkite didžiausią blaškymąsi, kad ugdytumėte supratimą apie tai, kas atitraukia nuo darbo
 - Parašykite rytojaus planą prieš uždarydami dieną, kad pradėtumėte kitą dieną su aiškumu
 - Įvertinkite pasitenkinimą dienos darbu, kad sektumėte, kiek darbas jus įkvepia



Nuskenaukite, kad gautumėte išsamų šio dienoraščio naudojimo vadovą

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETA I

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETA I

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema

PRODUKTYVUMO DIENORAŠTIS

Data _____

Energijos lygis (1-10):

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

Susikaupimo lygis:

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

Motyvacijos lygis:

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

Pasitenkinimas:

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

Atliktos užduotys:

Ryto rutina:

☐

Mankšta:

☐

3 SVARBIAUSI PRIORITETAI

Trys svarbiausi šiandienos darbai

DIENOS AKCENTAS

Reikšmingiausia ar produktyviausia darbo dienos akimirka

PASIEKIMAI

Ką šiandien nuveikėte? Surašykite atliktas užduotis ir padarytą pažangą

DIDŽIAUSIA PERGALĖ

Didžiausias šiandienos pasiekimas -- atlikta užduotis, proveržis, išspręsta problema