


Jurnal de carieră



Jurnal ghidat de 30 zile



Înregistrare zilnică



Creat cu LoomJournals

Cum să folosești acest jurnal

Bine ai venit la jurnalul tău! Iată câteva sfaturi pentru a profita la maximum de el:

- 1 Rezervă-ți câteva minute în fiecare zi pentru a scrie
- 2 Fii sincer și scrie liber, fără a te judeca
- 3 Încearcă să scrii la aceeași oră în fiecare zi pentru a-ți forma un obicei
- 4 Recitește-ți însemnările săptămânal pentru a observa tipare

-
- Deschide jurnalul la sfârșitul fiecărei zile de lucru - consistența este obiceiul cheie
 - Înregistrează o realizare specifică: o sarcină finalizată, o problemă rezolvată, o conversație reușită
 - Notează o competență pe care ai exersat-o și un insight sau lecție pe care ai reținut-o
 - Captează orice feedback primit și reflectează asupra unei provocări cu care te-ai confruntat
 - Încheie scriind singurul tău obiectiv cel mai important pentru mâine, pentru a începe ziua următoare cu claritate



Scanează pentru un ghid detaliat despre cum să folosești acest jurnal

Data: _____

Realizarea zilei *(ce ai realizat astăzi? celebrează!)*

Abilități dezvoltate *(ce abilități ai exersat sau îmbunătățit astăzi?)*

Ce am învățat *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

Feedback primit *(feedback de la colegi, manageri, clienți?)*

Provocarea zilei *(ce obstacol sau dificultate ai întâmpinat? cum ai gestionat situația?)*

Obiectiv pentru mâine *(care este cel mai important lucru pe care vrei să-l realizezi mâine?)*

Data: _____

Realizarea zilei *(ce ai realizat astăzi? celebrează!)*

Abilități dezvoltate *(ce abilități ai exersat sau îmbunătățit astăzi?)*

Ce am învățat *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

Feedback primit *(feedback de la colegi, manageri, clienți?)*

Provocarea zilei *(ce obstacol sau dificultate ai întâmpinat? cum ai gestionat situația?)*

Obiectiv pentru mâine *(care este cel mai important lucru pe care vrei să-l realizezi mâine?)*

Data: _____

Realizarea zilei *(ce ai realizat astăzi? celebrează!)*

Abilități dezvoltate *(ce abilități ai exersat sau îmbunătățit astăzi?)*

Ce am învățat *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

Feedback primit *(feedback de la colegi, manageri, clienți?)*

Provocarea zilei *(ce obstacol sau dificultate ai întâmpinat? cum ai gestionat situația?)*

Obiectiv pentru mâine *(care este cel mai important lucru pe care vrei să-l realizezi mâine?)*

Data: _____

Realizarea zilei *(ce ai realizat astăzi? celebrează!)*

Abilități dezvoltate *(ce abilități ai exersat sau îmbunătățit astăzi?)*

Ce am învățat *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

Feedback primit *(feedback de la colegi, manageri, clienți?)*

Provocarea zilei *(ce obstacol sau dificultate ai întâmpinat? cum ai gestionat situația?)*

Obiectiv pentru mâine *(care este cel mai important lucru pe care vrei să-l realizezi mâine?)*

Data: _____

Realizarea zilei *(ce ai realizat astăzi? celebrează!)*

Abilități dezvoltate *(ce abilități ai exersat sau îmbunătățit astăzi?)*

Ce am învățat *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

Feedback primit *(feedback de la colegi, manageri, clienți?)*

Provocarea zilei *(ce obstacol sau dificultate ai întâmpinat? cum ai gestionat situația?)*

Obiectiv pentru mâine *(care este cel mai important lucru pe care vrei să-l realizezi mâine?)*

