

---



# Jurnal de Întâlniri

---



Jurnal ghidat de 30 zile



Hibrid

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

- 
- Completați trackerul imediat după fiecare întâlnire, cât detaliile sunt proaspete
  - Evaluați chimia, entuziasmul și confortul sincer - nimeni altcineva nu va vedea asta
  - Scrieți despre întâlnire: unde ați mers, ce ați făcut, ce a ieșit în evidență
  - Notați semnalele de alarmă și semnalele pozitive - ambele contează în egală măsură
  - Revizuiți înregistrările anterioare săptămânal pentru a observa teme recurente



Scanează pentru un ghid detaliat despre cum să folosești acest jurnal

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** *(unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)*

---

---

---

**Primele impresii** *(ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)*

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** *(subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)*

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** *(semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)*

---

---

---

**Note de compatibilitate** *(valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)*

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (*unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit*)

---

---

---

**Primele impresii** (*ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere*)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (*subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...*)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (*semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune*)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (*valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?*)

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

Întâlnirea nr.: \_\_\_\_\_

Chimie:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de entuziasm:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nivel de confort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



**Rezumatul întâlnirii** (unde ați fost? ce ați făcut? descrie întâlnirea de la început până la sfârșit)

---

---

---

**Primele impresii** (ce ți-a atras atenția la această persoană? aspect, energie, maniere)

---

---

---

**Punctele importante ale conversației** (subiecte care au funcționat, momente de râs și conexiune au...)

---

---

---

**Semnale roșii / verzi** (semnale pozitive și îngrijorătoare din această interacțiune)

---

---

---

**Note de compatibilitate** (valori, interese, stil de comunicare - ce ai observat?)

---

---

---