

---



# Дневник личног раста

---



Вођени дневник за 30 дана



Дневни унос

Креирано помоћу LoomJournals

---

# Како користити овај дневник

---

Добродошли у свој дневник! Ево неколико савета како да га најбоље искористите:

- 1 Одвојте неколико минута сваког дана за писање
- 2 Будите искрени и пишите слободно без осуђивања
- 3 Покушајте да пишете у исто време сваког дана како бисте изградили навику
- 4 Прегледајте своје записе недељно да бисте уочили обрасце



Скенирајте за детаљан водич о коришћењу овог дневника

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** (која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...

**Провера начина размишљања** (раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)

**Излазак из зоне комфора** (шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)

**Вештина коју развијам** (коју вештину активно радите на побољшању?)

**Данашње достигнуће** (шта сте данас постигли? прославите то)

**Препрека на коју сте наишли** (на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...

**Данашња научена лекција** (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

**Захвалност** (на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)

Датум: \_\_\_\_\_

**Данашња намера** *(која је једна ствар на коју намеравате да се фокусирате, остварите или оличит...)*

**Провера начина размишљања** *(раст или фиксираност? како сте данас приступили изазовима?)*

**Излазак из зоне комфора** *(шта сте урадили што вас је плашило или било непријатно?)*

**Вештина коју развијам** *(коју вештину активно радите на побољшању?)*

**Данашње достигнуће** *(шта сте данас постигли? прославите то)*

**Препрека на коју сте наишли** *(на који изазов или препреку сте данас наишли? како сте реагова...)*

**Данашња научена лекција** *(шта бисте другачије урадили следећи пут?)*

**Захвалност** *(на чему сте захвални данас? наведите једну конкретну особу, тренутак или ствар)*