

---



# Karriärjournal

---



En 30-dagars guidad dagbok



Daglig anteckning

Skapad med LoomJournals

---

# Hur du använder den här dagboken

---

Välkommen till din dagbok! Här är några tips för att få ut det mesta av den:

1

Avsätt några minuter varje dag för att skriva

2

Var ärlig och skriv fritt utan att döma dig själv

3

Försök att skriva vid samma tid varje dag för att bygga en vana

4

Läs igenom dina anteckningar varje vecka för att lägga märke till mönster



Skanna för en detaljerad guide om hur du använder den här dagboken

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (*vad uppnådde du idag? fira det*)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (*vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?*)

---

---

---

**Vad jag lärde mig** (*vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?*)

---

---

---

**Mottagen feedback** (*fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?*)

---

---

---

**Dagens utmaning** (*vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?*)

---

---

---

**Mål för imorgon** (*vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?*)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Datum:** \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Datum:** \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---









**Datum:** \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Datum:** \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** *(vad uppnådde du idag? fira det)*

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** *(vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)*

---

---

**Vad jag lärde mig** *(vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)*

---

---

**Mottagen feedback** *(fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)*

---

---

**Dagens utmaning** *(vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)*

---

---

**Mål för imorgon** *(vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** *(vad uppnådde du idag? fira det)*

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** *(vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)*

---

---

**Vad jag lärde mig** *(vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)*

---

---

**Mottagen feedback** *(fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)*

---

---

**Dagens utmaning** *(vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)*

---

---

**Mål för imorgon** *(vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (*vad uppnådde du idag? fira det*)

**Utvecklade färdigheter** (*vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?*)

**Vad jag lärde mig** (*vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?*)

**Mottagen feedback** (*fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?*)

**Dagens utmaning** (*vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?*)

**Mål för imorgon** (*vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?*)

Datum: \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Datum:** \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Datum: \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (*vad uppnådde du idag? fira det*)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (*vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?*)

---

---

**Vad jag lärde mig** (*vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?*)

---

---

**Mottagen feedback** (*fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?*)

---

---

**Dagens utmaning** (*vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?*)

---

---

**Mål för imorgon** (*vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?*)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

**Dagens prestation** (vad uppnådde du idag? fira det)

---

---

---

**Utvecklade färdigheter** (vilka färdigheter övade eller förbättrade du idag?)

---

---

**Vad jag lärde mig** (vilken fotografisk lärdom eller insikt gav den här sessionen dig?)

---

---

**Mottagen feedback** (fick du feedback från kollegor, chefer eller kunder?)

---

---

**Dagens utmaning** (vilket hinder eller vilken svårighet mötte du? hur hanterade du det?)

---

---

**Mål för imorgon** (vad är den en viktigaste saken du vill åstadkomma imorgon?)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





