

---



# Projektjournal

---



En 30-dagars guidad dagbok



Hybrid

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: \_\_\_\_\_

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---

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

Projektnamn: \_\_\_\_\_

Nuvarande milstolpe: \_\_\_\_\_

Timmar jobbade: \_\_\_\_\_

Framsteg %: \_\_\_\_\_

Statusbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Åstadkommit idag** (vad slutförde du eller gjorde meningsfulla framsteg med idag?)

---

---

---

---

---

**Hinder & Risker** (vad blockerar framsteg eller kan bli en risk om det inte åtgärdas?)

---

---

---

---

---

**Nästa steg** (vilka är nästa konkreta åtgärder för att driva det här projektet framåt?)

---

---

---

---

---