

---

# Nhật Ký Thành Tựu

Nhật ký có hướng dẫn 30 ngày

Ghi chép hàng ngày

Được tạo bởi LoomJournals

---

# Cách sử dụng nhật ký này

---

Chào mừng bạn đến với nhật ký của mình! Dưới đây là một số mẹo để tận dụng tối đa:

- 1 Dành vài phút mỗi ngày để viết
- 2 Hãy thành thật và viết tự do, không phán xét
- 3 Cố gắng viết vào cùng một thời điểm mỗi ngày để tạo thói quen
- 4 Xem lại các bài viết hàng tuần để nhận ra các xu hướng

- 
- Viết ra ít nhất một thành tựu — nó không cần phải lớn lao mới có ý nghĩa
  - Gắn thẻ theo danh mục (sự nghiệp, sức khỏe, các mối quan hệ, học tập, sáng tạo, cá nhân, tài chính)
  - Suy ngẫm về trở ngại nào đã cản trở bạn và cách bạn vượt qua nó
  - Mô tả các hành động, chiến lược hoặc tư duy cụ thể đã dẫn đến thành công
  - Ghi lại bài học rút ra và đặt một mục tiêu rõ ràng cho ngày mai để duy trì đà tiến



Quét mã để xem hướng dẫn chi tiết cách sử dụng nhật ký này



























































