Январь 1

Чего ты надеешься достичь и какие новые горизонты открываются перед тобой в этом году?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 2

Что для тебя означает жить на 100%?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 3

Что у тебя получается лучше всего?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 4

Что бы ты изменил (а) в себе уже сегодня?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 5

Какие ценности для тебя сейчас в приоритете?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 6

Какие полезные привычки ты внедришь в ближайший месяц?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 7

Какое изменение в твоей жизни было бы наилучшим в данный момент?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 8

Что самое приятное ты делал (а) сегодня?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 9

Доволен (льна) ли ты своей жизнью?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 10

Ради чего ты живешь?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 11

Напиши имена пяти человек, которые тебе действительно нравятся, чем-то восхищают, и создай себе привычку искренне и вслух ими восхищаться при каждой встрече.

20__ .....

.....

.....

.....

20__ .....

.....

.....

.....

20__ .....

.....

.....

.....

20__ .....

.....

.....

.....

20__ .....

.....

.....

.....

Январь 12

Твоя картинка счастья сегодня? Опиши её.

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 13

Какой комплимент ты сегодня получил (а)
или сказал (а) себе сам (а)?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 14

Над какой самой главной целью ты сейчас работаешь?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 15

Что ты чувствуешь, когда представляешь свои цели достигнутыми?
Почему это важно для тебя?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 16

Как можно перевести какую-то актуальную твою проблему в задачу?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 17

Чему ты сейчас учишься?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 18

Что тебя сейчас мотивирует?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 19

Кем/где ты сейчас работаешь?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 20

Во сколько сейчас начинается твое бодрое утро?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 21

Каким было твое утро, и что его сделало особенным?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 22

Что сейчас самое важное в твоем дне?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 23

Что ты читал (а) сегодня?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 24

Какое дело тебе сегодня удалось завершить?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 25

За что/кого ты сегодня можешь поблагодарить?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 26

С кем/чем ты сегодня согласился (лась)
(вспоминай “Тотальное “Да!”)?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 27

Твои три самых ярких эмоции за день?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 28

О ком ты сегодня позаботился (лась)?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 29

Как ты можешь стать более организованным (ой)?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 30

Что тебя сейчас вдохновляет и дает энергию?

20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....
20__ .....
.....
.....
.....

Январь 31

Что ты можешь сделать уже сейчас, чтобы повысить свою продуктивность?

20__ .....

.....

.....

.....

20__ .....

.....

.....

.....

20__ .....

.....

.....

.....

20__ .....

.....

.....

.....

20__ .....

.....

.....

.....