



Detox-365.com

КНИГА

***ИСПОЛНЕНИЯ ЖЕЛАНИЙ И
ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ***

График Баланса

Заполните график баланса теми сферами, которые для вас важны.

Например, это могут быть:

1.Здоровье и красота

5.Финансы

2.Яркость жизни

6.Саморазвитие

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Оцените каждую из сфер по 10 бальной шкале

Стратегические цели

На 30 лет

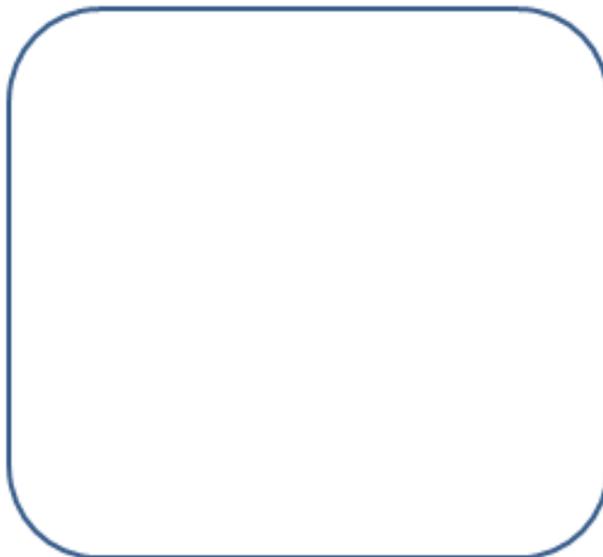
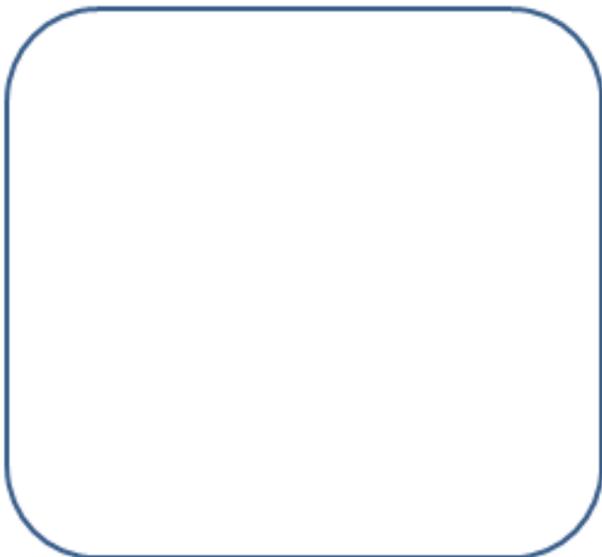
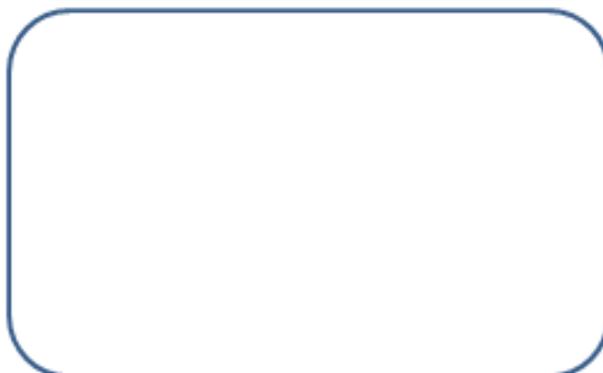
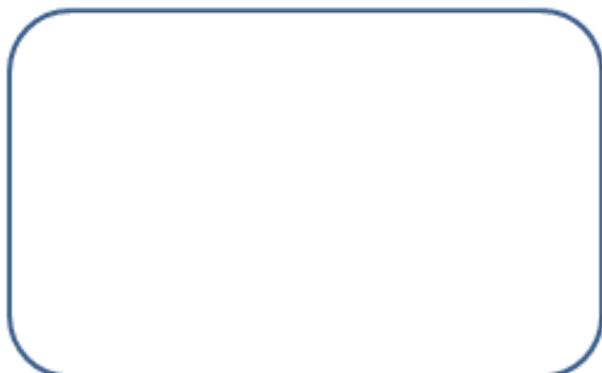
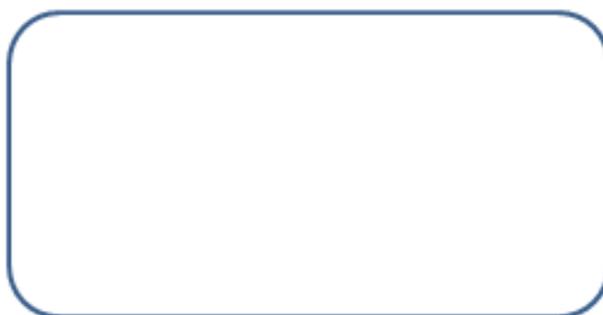
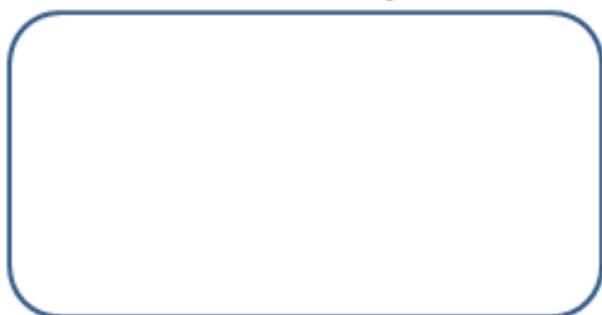
На 20 лет

На 10 лет

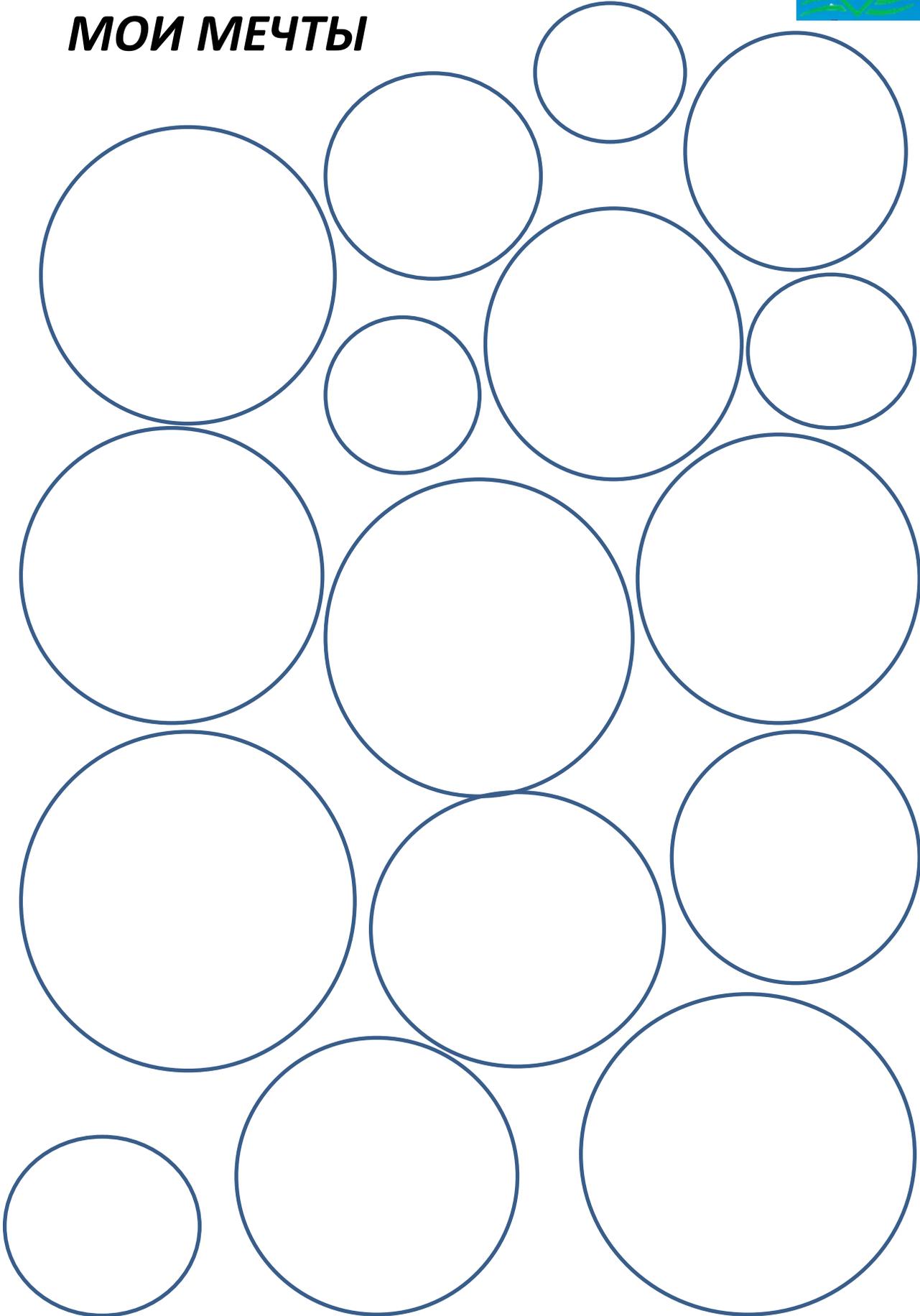
На 5 лет

ЦЕЛИ ПО СФЕРАМ

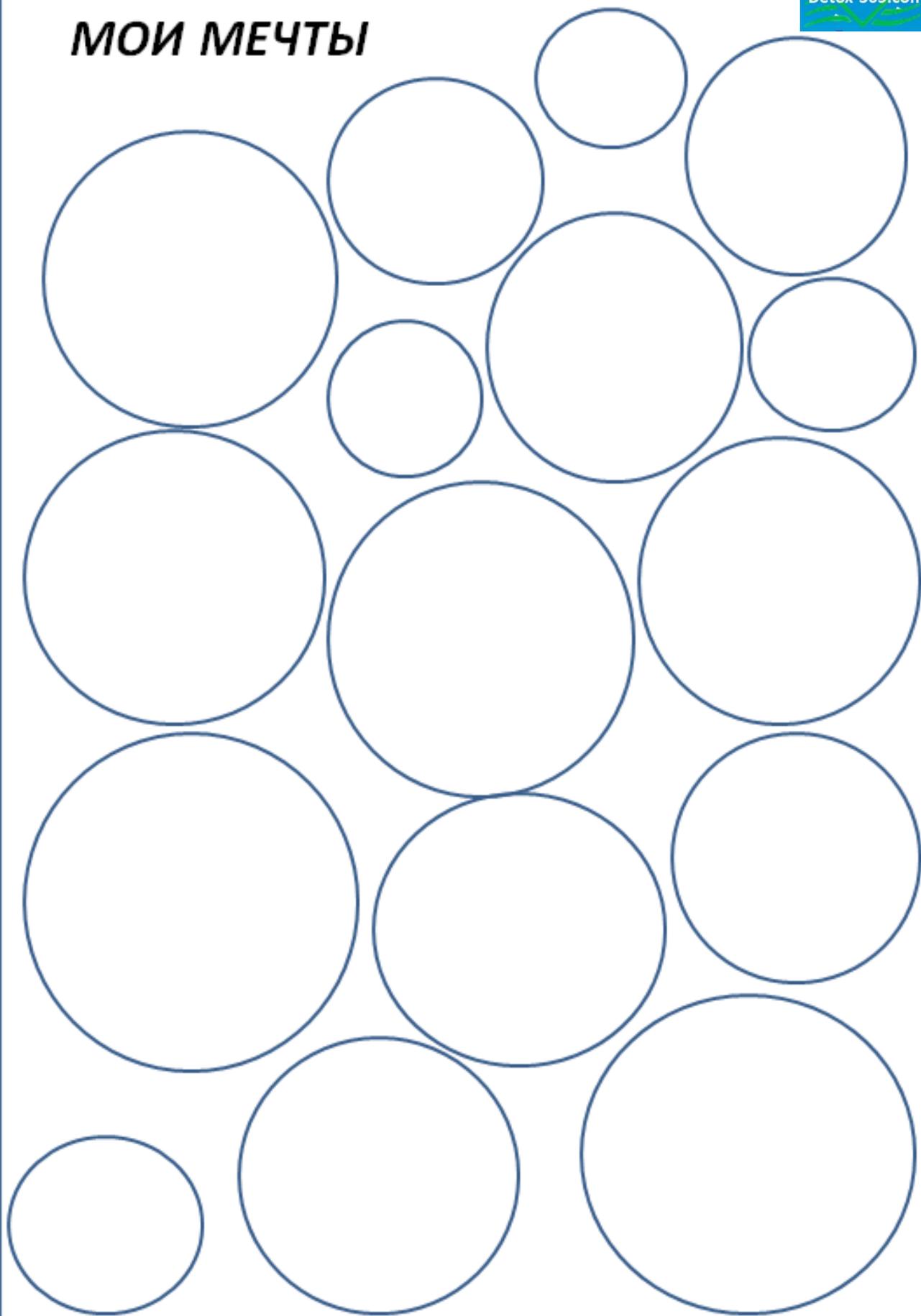
ЦЕЛИ ПО СФЕРАМ



МОИ МЕЧТЫ



МОИ МЕЧТЫ



ЦЕЛИ НА ГОД ПО МЕСЯЦАМ

Январь

Февраль

Март

Апрель

ЦЕЛИ НА ГОД ПО МЕСЯЦАМ

Detox-365.com

Май

Июнь

Июль

Август

ЦЕЛИ НА ГОД ПО МЕСЯЦАМ

Сентябрь

Октябрь

Ноябрь,

Декабрь

Ежедневник целей

Цель характеристика

фото

Дата создания цели

Цель должна быть достигнута

Достигнута по факту

Как я узнаю, что цель достигнута?

Зачем мне эта цель ?

Преимущества этой цели?

План достижения

Каким образом цель может быть достигнута

1

4

2

5

3

6

ЗАДАЧИ

Мои действия для достижения цели

Какие ресурсы понадобятся

Large empty rounded rectangular box for notes.

дата
задача

Цель достигнута

Задачи на месяц

Что я сделаю в этом месяце

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

Поощрение за выполнение

Как я себя вознагражу за выполнение плана

ПОНЕДЕЛЬНИК *Дата* _____*Выполнение-что помогло?**Невыполнение-почему?**План на завтра***ВТОРНИК** *Дата* _____*Выполнение-что помогло?**Невыполнение-почему?**План на завтра***СРЕДА** *Дата* _____*Выполнение-что помогло?**Невыполнение-почему?**План на завтра*

ЧЕТВЕРГ

Дата _____

*Выполнение-что помогло?**Невыполнение-почему?**План на завтра***ПЯТНИЦА**

Дата _____

*Выполнение-что помогло?**Невыполнение-почему?**План на завтра***СУББОТА**

Дата _____

*Выполнение-что помогло?**Невыполнение-почему?**План на завтра***Воскресенье**

Дата _____

*Выполнение-что помогло?**Невыполнение-почему?**План на завтра*

Итоги месяца

Насколько я продвинулся к цели

Что мне этом помогло

Что мне в этом мешало

Пути решения проблемы

Поощрение

Итоги месяца по сферам

Итоги года по сферам

График Баланса

Detox-365.com

Заполните график баланса теми сферами, которые для вас важны.

Например, это могут быть:

1.Здоровье и красота

5.Финансы

2.Яркость жизни

6.Саморазвитие

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Оцените каждую из сфер по 10 бальной шкале

Богданова Наталья

+79036153041

<https://www.detox-365.com/>