Kelgusi yil

Bu yil hamma narsa mumkinligiga ishonaman.

Sana:

imzo

Budapeshtda (Vengriya) xalqaro jamoa tomonidan mehr bilan yaratilgan

https://yearcompass.com/uz

Sizga YearCompass yoqadimi? Do'stlaringiz bilan baham ko'ring!
Iloji boricha ko'proq odamlarga yordam berishimizga yordam bering.

Har qanday matn terish xatolari, grammatik xatolar yoki boshqa muammolarni aniqlasangiz, xushmuomala bo'ling va yuqoridagi veb-saytga xabar qoldiring.

Bu ish Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0
xalqaro litsenziyasi ostida litsenziyalangan.

YearCompass

2023 «|» 2024

Xush kelibsiz

Bu nima?

Bu YearCompass - aniq aytganda, sizning shaxsiy YearCompasssingiz.

Bu o'tgan yil haqida o'ylash va keyingi yilni rejalashtirishga yordam beradigan buklet. Ehtiyotkorlik bilan tanlangan savollar va mashqlar to'plami bilan YearCompass sizning naqshlaringizni ochishga va o'zingiz uchun ajoyib yilni loyihalashga yordam beradi.

Buklet ikkita alohida qismdan iborat. Birinchi yarmi sizni ortda qoldirgan yilni ko'rib chiqishga, o'rganishga va nishonlashga yordam beradi. Ikkinchi yarmi esa, aksincha, kelajak haqida. Siz orzu qilasiz, rejalashtirasiz va yangi yildan maksimal darajada foydalanishga tayyorlanasiz.

Bukletni to'ldirish uchun nima qilishim kerak?

Ruchka yoki qalam, bir necha soatlik uzluksiz diqqat va ochiq va halol fikr.

Buni guruhda qila olamanmi?

Albatta qila olasiz! Do'stlaringizni chorlang, ularning barchasi uchun bukletlarni chop eting va qulay joy toping. Har kim o'zining YearCompass-ni to'ldirishi kerak, ammo siz mashqlarni muhokama qilish va fikr va his-tuyg'ularingizni baham ko'rish uchun tanaffus qilishingiz mumkin.

Agar shunday qilsangiz, iltimos, hamrohlaringizning chegaralarini yodda tuting. Har bir inson faqat o'zi uchun qulay bo'lgan narsalarni baham ko'rishi kerak.

Kelgusi yil

Kelgusi yil uchun so'zim

Kelgusi yilni ramziy qilish va belgilash uchun so'zni tanlang. Agar sizga qo'shimcha energiya kerak bo'lsa, bu so'zni ko'rishingiz mumkin, shuning uchun orzularingizdan voz kechmaslikni unutmang.

Sirli tilak

Fikringizni bo'shating. Kelgusi yil uchun yashirin tilagingiz nima?

Tabriklaymiz, siz hozirgina yilingizni rejalashtirdingiz!

Suratga oling va uni #yearcompass heshtegidan foydalanib biz bilan baham ko'ring.

Kelgusi yil

Kelgusi yilim haqida oltita gap

Bu yil men boshqa narsalarni kechiktirmayman ...

Bu yil men eng ko'p energiyamni ...

Bu yil men eng jasur bo'laman ...

Bu yil men ha deyman qachon...

Bu yil men o'zimga maslahat beraman ...

Bu yil men uchun maxsus bo'ladi, chunki...

Tayyor bo'ling

Yetib kelmoq.
Asboblaringizni va atrofingizdagi joyni tayyorlang.
Ko'zlaringizni yuming va besh marta chuqur nafas oling.

Umidlaringizdan voz keching.

O'zingizni tayyor his qilganingizda boshlang.

O'tgan yil

Kalendaringizdan o'tish.

O'tgan yilgi kalendar taqvimini har haftasini korib chiqing. Agar muhim voqea, oilaviy yig'ilish, do'stona uchrashuv yoki muhim loyihani ko'rsangiz, bu yerga yozing.

Kelgusi yil

Magical triplets for the year ahead

Bu uchta narsa bilan men atrofimni qulay qilaman.

Bu uchta narsani men har kuni ertalab qilaman.

Men o'zimni muntazam ravishda erkalab turadigan uchta narsa.

Men tashrif buyuradigan uchta joy.

Men o'z yaqinlarim bilan shu uch yo'l bilan bog'lanaman.

Ushbu uchta sovg'a bilan men muvaffaqiyatlarimni mukofotlayman.

Kelgusi yil

Magical triplets for the year ahead

Bu uchta narsa men o'zimni yaxshi ko'raman.

Men bu uch narsadan voz kechishga tayyorman.

Men eng ko'p erishmoqchi bo'lgan uchta narsa.

Bu uch kishi og'ir damlarda mening ustunlarim bo'ladi.

Bu uchta narsani men kashf etishga jur'at etaman.

Bu uchta narsaga men yo'q deyishga qodirman.

O'tgan yil

Bu mening o'tgan yilim haqida edi.

Biz hayotimizni aniq, ammo bir-biriga bog'langan jihatlar orqali yashaymiz. Quyidagi sohalarni ko'rib chiqing va ularning har birida qanday muhim voqealar bo'lganini o'zingizdan so'rang. Javoblaringizni yozib qoldiring.

shaxsiy hayot, oila

martaba, o'qish

do'stlar, jamoa

sevimli mashg'ulotlar, ijodkorlik

jismoniy salomatlik, fitnes

ruhiy salomatlik, o'zini o'zi bilish

sizni aniqlaydigan odatlar

ertaga yaxshiroq*

* Bu yil dunyoni topganingizdan ko'ra yaxshiroq shaklda qoldirish uchun nima qildingiz?

O'tgan yil

O'tgan yilim haqida oltita gap

Men qilgan eng oqilona qaror...

Men olgan eng katta saboq ..

Men olgan eng katta xavf...

Yilning eng katta syurprizi...

Boshqalar uchun qilgan eng muhim ishim...

Men tugatgan eng katta narsa ...

Kelgusi yil

Bu mening keyingi yilim haqida bo'ladi.

Hayotingizning sohalarini ko'rib chiqing va kelgusi yil uchun ularning har biri uchun maqsadlaringizni belgilang. Ushbu maqsadlarni sahifaga qo'ying - bu ularni amalga oshirish uchun birinchi qadamdir.

shaxsiy hayot, oila

martaba, o'qish

do'stlar, jamoa

sevimli mashg'ulotlar, ijodkorlik

jismoniy salomatlik, fitnes

ruhiy salomatlik, o'zini o'zi bilish

sizni aniqlaydigan odatlar

ertaga yaxshiroq*

* Kelgusi yilda dunyoni siz topganingizdan ko'ra yaxshiroq shaklda qoldirish uchun nima qilasiz?

Kelgusi yil

Katta orzu qilishga jur'at eting.

Kelgusi yil nimaga o'xshaydi? Ideal holatda nima bo'ladi? Nega bu ajoyib bo'ladi? Yozing, chizing, umidlaringizdan voz keching va orzu qilishga jur'at eting.

O'tgan yil

O'tgan yilim haqida oltita savol

Siz nima bilan faxrlanasiz?

Sizga eng ko'p ta'sir qilgan uch kishi kim?

Sizga eng ko'p ta'sir qilgan uch kishi kim?

Nimaga erisha olmadingiz?

O'zingiz haqingizda kashf qilgan eng yaxshi narsa nima?

Siz nima uchun ko'proq minnatdorsiz?

O'tgan yil

Eng yaxshi daqiqalar

O'tgan yildagi eng ajoyib va unutilmas, quvonchli lahzalarni tasvirlab bering. Ularni ushbu varaqda chizing. O'zingizni qanday his qildingiz? Siz bilan kim bor edi? Nima qilayotgan edingiz? Qanday hidlar, tovushlar yoki ta'mlarni eslaysiz?

Kelgusi yil

2024

O'tgan yil

Uch so'z bilan o'tgan yil

O'tgan yilingizni aniqlash uchun uchta so'zni tanlang.

O'tgan yilgi kitobim

O'tgan yilingiz haqida kitob yoki film suratga olingan. Unga qanday nom bergan bo'lardingiz?

O'tgan yilingiz bilan xayrlashing.

Agar siz yozmoqchi bo'lgan boshqa narsa bo'lsa yoki xayrlashmoqchi bo'lgan odam bo'lsa, buni hozir qiling.

O'tgan yilni tugatdingiz.

Siz hozirgina birinchi qismni tugatdingiz.
Chuqur nafas oling.

Bir oz dam oling.

Sizga YearCompass yoqadimi? Do'stlaringiz bilan baham ko'ring!
Iloji boricha ko'proq odamlarga yordam berishimizga yordam bering.

https://yearcompass.com

O'tgan yil

Mening uchta eng katta yutug'im

O'tgan yildagi uchta eng katta yutug'ingizni shu yerda sanab o'ting.

Bularga erishish uchun nima qildingiz?

Bu muvaffaqiyatlarga erishishingizga kim yordam berdi? Qanaqasiga?

Mening uchta eng katta qiyinchiliklarim

O'tgan yildagi eng katta uchta muammoni shu yerda sanab o'ting.

Bu qiyinchiliklarni engishingizga kim yoki nima yordam berdi?

Ushbu qiyinchiliklarni engib o'tishda o'zingiz haqingizda nimani bilib oldingiz?

O'tgan yil

Kechirim

O'tgan yil davomida kechirilishi kerak bo'lgan biror narsa yuz berdimi? Sizni yomon his qilgan harakatlar yoki so'zlar? Yoki o'zingizdan g'azablanasizmi? Bu yerga yozing. O'zingizga yaxshilik qiling va kechiring*.

* Agar siz hali kechirishga tayyor bo'lmasangiz, baribir buni yozib qo'ying. Bu mo"jizalar yaratishi mumkin.

O'tgan yil

Qo'yib yuborish

Yana aytadigan gapingiz bormi? Kelgusi yilni boshlashdan oldin biror narsadan voz kechishingiz kerakmi? Chizing yoki yozing, keyin o'ylab ko'ring va hammasini qoldiring.