

Haladásnapló kisvállalkozóknak

A Haladásnaplót először saját részre készítettem, hogy rendszert, fókuszt és önreflexiót vigyek a napjaimba. Egyéni vállalkozóként pontosan tudom, milyen az, amikor minden rajtad múlik.

A naplót azóta tovább fejlesztettem és finomítottam, most pedig szeretném veled is megosztani, mert hiszem, hogy vállalkozóként a rendszer és a következetesség a legnagyobb erőforrásaink.

Szánj pár percet minden nap a kitöltésére, és figyeld meg, hogyan válik átláthatóbbá a munkád, tisztábbá a célod és tudatosabbá a fejlődésed!

Sok sikert kívánok neked a vállalkozói utadon!

Szeretettel,

Felícia

Hogyan használd a haladásnaplót?

1. Nyomtasd ki és tedd az asztalodra, hogy mindig szem előtt legyen!

minden sarokban találsz egy motiváló idézetet

2. ha minden nap vezeted, a hónap végén nyersz egy kivonatot arról, hogy mi mindent tettél a sikered érdekében

3. ne felejtse el a kiértékelést sem, ehhez is készítettem külön oldalt

Haladásnapló kisvállalkozóknak

A siker: napról napra megismételt kis igyekezetek összessége. / Robert Collier/

2025 december

Mit tettem ma a vállalkozásomért?

			haladás bizonyíték	haladás bizonyíték				
1.	H	idezetgyűjtés bloghoz	✓					
2.	K	referencia posztolása		✓				
3.	Sze							
4.	Cs							
5.	P							
6.	Szo							
7.	V							
8.	H							
9.	K							
10.	Sze							
11.	Cs							
12.	P							
13.	Szo							
14.	V							
15.	H							
16.	K							
17.	Sze							
18.	Cs							
19.	P							
20.	Szo							
21.	V							
22.	H							
23.	K							
24.	Sze							
25.	Cs							
26.	P							
27.	Szo							
28.	V							
29.	H							
30.	K							
31.	Sze							

www.felichart.hu

ide olyan szokásokat írhatod, amiket szeretnél követni, így a hónap végén láthatod, mennyit foglalkoztál az adott témával

ebben az oszlopban címszavakban leírhatod a napi haladásod

ez a rész az előre beadított közösségi média posztok vezetésére is alkalmas

Alapozó oldal

Kezdd itt!

A tudatos haladás azzal kezdődik, hogy tudod, merre mész. Ez az oldal segít kijelölni az irányt — hogy a kis lépések valóban a céljaid felé vezessenek.

1. Miért indítottam el a vállalkozásomat?

Mi volt az a cél vagy vágy, ami elindított ezen az úton?

2. Mit jelent számomra a „haladás”?

Hogyan látom, ha épp jó irányba tartok?

3. Milyen területeken szeretnék leginkább fejlődni?

Pl: marketing, ügyfélszerzés, rendszerezés, pihenés

4. Mi az, amit a következő hónapokban rendszeresebbé szeretnék tenni?

Milyen szokást szeretnék beépíteni a mindennapokba?

5. Mi ad nekem erőt, amikor nehezebben megy?

Egy emlékeztető magamnak, ami segít kitartani.

Állíts fel három fókuszpontot a következő hónapra!

1. _____

Miért fontos ez nekem? _____

2. _____

Miért fontos ez nekem? _____

3. _____

Miért fontos ez nekem? _____

Emlékeztető :) Ezek csak iránytűk — nem kőbe vésett szabályok. Biztosan lesz olyan időszak, ami nem úgy alakul, ahogy tervezted, és ez teljesen rendben van. Hidd el, ha felállítod a céljaidat, már az önmagában is előre visz, és segít látni, merre haladsz. Ne add fel — a következetesség idővel eredményt hoz. Elég, ha elkezded, és a következő lépésekhez mindig visszatérsz.

2025 november

Mit tettem ma a siker érdekében?

1.	Szo						
2.	V						
3.	H						
4.	K						
5.	Sze						
6.	Cs						
7.	P						
8.	Szo						
9.	V						
10.	H						
11.	K						
12.	Sze						
13.	Cs						
14.	P						
15.	Szo						
16.	V						
17.	H						
18.	K						
19.	Sze						
20.	Cs						
21.	P						
22.	Szo						
23.	V						
24.	H						
25.	K						
26.	Sze						
27.	Cs						
28.	P						
29.	Szo						
30.	V						

A hónap értékelése

2025 november

Tekints vissza az elmúlt hónapra! Nézd végig a táblázatod és válaszolj az alábbi kérdésekre! Állíts fel célokat a következő hónapra!

Egy szóban: milyen volt ez a hónap?

Ennyire voltam motivált:

Ennyit haladtam a célokkal:

Szokás/ tevékenység	Mennyire voltam következetes?	Eredmények, következtetés levonása
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	

A hónap sikerei:

Milyen feladatokat halogattam és miért?

Mit tanultam magamról?

Állíts fel három fókuszpontot a következő hónapra!

1.

Miért fontos ez nekem?

2.

Miért fontos ez nekem?

3.

Miért fontos ez nekem?

Emlékeztető :) Ezek csak iránytűk — nem kőbe vésett szabályok. Biztosan lesz olyan időszak, ami nem úgy alakul, ahogy tervezted, és ez teljesen rendben van. Hidd el, ha felállítod a céljaidat, már az önmagában is előre visz, és segít látni, merre haladsz. Ne add fel — a következetesség idővel eredményt hoz. Elég, ha elkezded, és a következő lépésekhez mindig visszatérsz.

2025 december

Mit tettem ma a siker érdekében?

1.	H						
2.	K						
3.	Sze						
4.	Cs						
5.	P						
6.	Szo						
7.	V						
8.	H						
9.	K						
10.	Sze						
11.	Cs						
12.	P						
13.	Szo						
14.	V						
15.	H						
16.	K						
17.	Sze						
18.	Cs						
19.	P						
20.	Szo						
21.	V						
22.	H						
23.	K						
24.	Sze						
25.	Cs						
26.	P						
27.	Szo						
28.	V						
29.	H						
30.	K						
31.	Sze						

A hónap értékelése

2025 december

Tekints vissza az elmúlt hónapra! Nézd végig a táblázatod és válaszolj az alábbi kérdésekre! Állíts fel célokat a következő hónapra!

Egy szóban: milyen volt ez a hónap?

Ennyire voltam motivált:

Ennyit haladtam a célokkal:

Szokás/ tevékenység	Mennyire voltam következetes?	Eredmények, következtetés levonása
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	

A hónap sikerei: _____

Milyen feladatokat halogattam és miért? _____

Mit tanultam magamról? _____

Állíts fel három fókuszpontot a következő hónapra!

1. _____

Miért fontos ez nekem? _____

2. _____

Miért fontos ez nekem? _____

3. _____

Miért fontos ez nekem? _____

Emlékeztető :) Ezek csak iránytűk — nem kőbe vésett szabályok. Biztosan lesz olyan időszak, ami nem úgy alakul, ahogy tervezted, és ez teljesen rendben van. Hidd el, ha felállítod a céljaidat, már az önmagában is előre visz, és segít látni, merre haladsz. Ne add fel — a következetesség idővel eredményt hoz. Elég, ha elkezded, és a következő lépésekhez mindig visszatérsz.

2026 január

Mit tettem ma a siker érdekében?

1.	Cs						
2.	P						
3.	Szo						
4.	V						
5.	H						
6.	K						
7.	Sze						
8.	Cs						
9.	P						
10.	Szo						
11.	V						
12.	H						
13.	K						
14.	Sze						
15.	Cs						
16.	P						
17.	Szo						
18.	V						
19.	H						
20.	K						
21.	Sze						
22.	Cs						
23.	P						
24.	Szo						
25.	V						
26.	H						
27.	K						
28.	Sze						
29.	Cs						
30.	P						
31.	Szo						

A hónap értékelése

2026 január

Tekints vissza az elmúlt hónapra! Nézd végig a táblázatod és válaszolj az alábbi kérdésekre! Állíts fel célokat a következő hónapra!

Egy szóban: milyen volt ez a hónap?

Ennyire voltam motivált:

Ennyit haladtam a célokkal:

Szokás/ tevékenység	Mennyire voltam következetes?	Eredmények, következtetés levonása
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	

A hónap sikerei: _____

Milyen feladatokat halogattam és miért? _____

Mit tanultam magamról? _____

Állíts fel három fókuszpontot a következő hónapra!

1. _____

Miért fontos ez nekem? _____

2. _____

Miért fontos ez nekem? _____

3. _____

Miért fontos ez nekem? _____

Emlékeztető :) Ezek csak iránytűk — nem kőbe vésett szabályok. Biztosan lesz olyan időszak, ami nem úgy alakul majd, ahogy tervezted. Ez teljesen rendben van! Hidd el, ha felállítod a céljaidat, már az önmagában is előre visz, és segít látni, merre haladsz. Ne add fel — a következetesség idővel eredményt hoz. Elég, ha most elkezded és a következő lépésekhez mindig visszatérsz.

2026 február

Mit tettem ma a siker érdekében?

1.	V								
2.	H								
3.	K								
4.	Sze								
5.	Cs								
6.	P								
7.	Szo								
8.	V								
9.	H								
10.	K								
11.	Sze								
12.	Cs								
13.	P								
14.	Szo								
15.	V								
16.	H								
17.	K								
18.	Sze								
19.	Cs								
20.	P								
21.	Szo								
22.	V								
23.	H								
24.	K								
25.	Sze								
26.	Cs								
27.	P								
28.	Szo								
Jegyzet:									

www.felichart.hu

A hónap értékelése

2026 február

Tekints vissza az elmúlt hónapra! Nézd végig a táblázatod és válaszolj az alábbi kérdésekre! Állíts fel célokat a következő hónapra!

Egy szóban: milyen volt ez a hónap?

Ennyire voltam motivált:

Ennyit haladtam a célokkal:

Szokás/ tevékenység	Mennyire voltam következetes?	Eredmények, következtetés levonása
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	

A hónap sikerei:

Milyen feladatokat halogattam és miért?

Mit tanultam magamról?

Állíts fel három fókuszpontot a következő hónapra!

1.

Miért fontos ez nekem?

2.

Miért fontos ez nekem?

3.

Miért fontos ez nekem?

Emlékeztető :) Ezek csak iránytűk — nem kőbe vésett szabályok. Biztosan lesz olyan időszak, ami nem úgy alakul, ahogy tervezted, és ez teljesen rendben van. Hidd el, ha felállítod a céljaidat, már az önmagában is előre visz, és segít látni, merre haladsz. Ne add fel — a következetesség idővel eredményt hoz. Elég, ha elkezded, és a következő lépésekhez mindig visszatérsz.

2026 március

Mit tettem ma a siker érdekében?

1.	V						
2.	H						
3.	K						
4.	Sze						
5.	Cs						
6.	P						
7.	Szo						
8.	V						
9.	H						
10.	K						
11.	Sze						
12.	Cs						
13.	P						
14.	Szo						
15.	V						
16.	H						
17.	K						
18.	Sze						
19.	Cs						
20.	P						
21.	Szo						
22.	V						
23.	H						
24.	K						
25.	Sze						
26.	Cs						
27.	P						
28.	Szo						
29.	V						
30.	H						
31.	K						

A hónap értékelése

2026 március

Tekints vissza az elmúlt hónapra! Nézd végig a táblázatod és válaszolj az alábbi kérdésekre! Állíts fel célokat a következő hónapra!

Egy szóban: milyen volt ez a hónap?

Ennyire voltam motivált:

Ennyit haladtam a célokkal:

Szokás/ tevékenység	Mennyire voltam következetes?	Eredmények, következtetés levonása
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	

A hónap sikerei: _____

Milyen feladatokat halogattam és miért? _____

Mit tanultam magamról? _____

Állíts fel három fókuszpontot a következő hónapra!

1. _____

Miért fontos ez nekem? _____

2. _____

Miért fontos ez nekem? _____

3. _____

Miért fontos ez nekem? _____

Emlékeztető :) Ezek csak iránytűk — nem kőbe vésett szabályok. Biztosan lesz olyan időszak, ami nem úgy alakul, ahogy tervezted, és ez teljesen rendben van. Hidd el, ha felállítod a céljaidat, már az önmagában is előre visz, és segít látni, merre haladsz. Ne add fel — a következetesség idővel eredményt hoz. Elég, ha elkezded, és a következő lépésekhez mindig visszatérsz.

2026 április

Mit tettem ma a siker érdekében?

1.	Sze						
2.	Cs						
3.	P						
4.	Szo						
5.	V						
6.	H						
7.	K						
8.	Sze						
9.	Cs						
10.	P						
11.	Szo						
12.	V						
13.	H						
14.	K						
15.	Sze						
16.	Cs						
17.	P						
18.	Szo						
19.	V						
20.	H						
21.	K						
22.	Sze						
23.	Cs						
24.	P						
25.	Szo						
26.	V						
27.	H						
28.	K						
29.	Sze						
30.	Cs						

A hónap értékelése

2026 április

Tekints vissza az elmúlt hónapra! Nézd végig a táblázatod és válaszolj az alábbi kérdésekre! Állíts fel célokat a következő hónapra!

Egy szóban: milyen volt ez a hónap?

Ennyire voltam motivált:

Ennyit haladtam a célokkal:

Szokás/ tevékenység	Mennyire voltam következetes?	Eredmények, következtetés levonása
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	

A hónap sikerei:

Milyen feladatokat halogattam és miért?

Mit tanultam magamról?

Állíts fel három fókuszpontot a következő hónapra!

1.

Miért fontos ez nekem?

2.

Miért fontos ez nekem?

3.

Miért fontos ez nekem?

Emlékeztető :) Ezek csak iránytűk — nem kőbe vésett szabályok. Biztosan lesz olyan időszak, ami nem úgy alakul, ahogy tervezted, és ez teljesen rendben van. Hidd el, ha felállítod a céljaidat, már az önmagában is előre visz, és segít látni, merre haladsz. Ne add fel — a következetesség idővel eredményt hoz. Elég, ha elkezded, és a következő lépésekhez mindig visszatérsz.

2026 május

Mit tettem ma a siker érdekében?

1.	P						
2.	Szo						
3.	V						
4.	H						
5.	K						
6.	Sze						
7.	Cs						
8.	P						
9.	Szo						
10.	V						
11.	H						
12.	K						
13.	Sze						
14.	Cs						
15.	P						
16.	Szo						
17.	V						
18.	H						
19.	K						
20.	Sze						
21.	Cs						
22.	P						
23.	Szo						
24.	V						
25.	H						
26.	K						
27.	Sze						
28.	Cs						
29.	P						
30.	Szo						
31.	V						

A hónap értékelése

2026 május

Tekints vissza az elmúlt hónapra! Nézd végig a táblázatod és válaszolj az alábbi kérdésekre! Állíts fel célokat a következő hónapra!

Egy szóban: milyen volt ez a hónap?

Ennyire voltam motivált:

Ennyit haladtam a célokkal:

Szokás/ tevékenység	Mennyire voltam következetes?	Eredmények, következtetés levonása
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	

A hónap sikerei:

Milyen feladatokat halogattam és miért?

Mit tanultam magamról?

Állíts fel három fókuszpontot a következő hónapra!

1.

Miért fontos ez nekem?

2.

Miért fontos ez nekem?

3.

Miért fontos ez nekem?

Emlékeztető :) Ezek csak iránytűk — nem kőbe vésett szabályok. Biztosan lesz olyan időszak, ami nem úgy alakul, ahogy tervezted, és ez teljesen rendben van. Hidd el, ha felállítod a céljaidat, már az önmagában is előre visz, és segít látni, merre haladsz. Ne add fel — a következetesség idővel eredményt hoz. Elég, ha elkezded, és a következő lépésekhez mindig visszatérsz.

Hogy tetszett?

Ha beépítetted a mindennapjaidba, ne állj meg itt!
A következő oldalon egy üres táblázatot találsz, amit
bármikor újra felhasználhatsz!

Nyomtasd ki és haladj tovább céljaid felé!
Sok sikert!

Ha van kedved, írd meg tapasztalataidat
nekem a **design@felichart.hu** e-mail címre!

hónap:

Év:

Mit tettem ma a siker érdekében?

1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									
16.									
17.									
18.									
19.									
20.									
21.									
22.									
23.									
24.									
25.									
26.									
27.									
28.									
29.									
30.									
31.									

A hónap értékelése

Év: Hónap:

Tekints vissza az elmúlt hónapra! Nézd végig a táblázatod és válaszolj az alábbi kérdésekre! Állíts fel célokat a következő hónapra!

Egy szóban: milyen volt ez a hónap?

Ennyire voltam motivált:

Ennyit haladtam a célokkal:

Szokás/ tevékenység	Mennyire voltam következetes?	Eredmények, következtetés levonása
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	
	○○○○○	

A hónap sikerei: _____

Milyen feladatokat halogattam és miért? _____

Mit tanultam magamról? _____

Állíts fel három fókuszpontot a következő hónapra!

1. _____

Miért fontos ez nekem? _____

2. _____

Miért fontos ez nekem? _____

3. _____

Miért fontos ez nekem? _____

Emlékeztető :) Ezek csak iránytűk — nem kőbe vésett szabályok. Biztosan lesz olyan időszak, ami nem úgy alakul, ahogy tervezted, és ez teljesen rendben van. Hidd el, ha felállítod a céljaidat, már az önmagában is előre visz, és segít látni, merre haladsz. Ne add fel — a következetesség idővel eredményt hoz. Elég, ha elkezded, és a következő lépésekhez mindig visszatérsz.