



دستورالعمل جلسه اول دوره مدیریت اتوماتیک

۱ - تمام کارهایی که در طول روز انجام می‌دهید را یادداشت کنید.

۲ - باورهای مخرب و محدود کننده خودتون رو پیدا کنید.

۳ - اطراف خودتون افرادی رو پیدا کنید که از شما کمتر کار می‌کنند و بیشتر نتیجه می‌گیرند.