

“نکته‌های طلایی برای اجرای DMO”

۱. **تعهد:** تعهد به وظایف روزانه، بزرگ‌ترین دارایی شماست. هر روز فقط برای ۱٪ بهتر شدن تلاش کنید.
۲. **ثبات:** حتی اگر کوچک باشد، کار روزانه خود را انجام دهید. مسیر موفقیت با گام‌های کوچک ساخته می‌شود.
۳. **سنجش پیشرفت:** نمودار را هر روز پر کنید و به عملکرد خود امتیاز دهید.
۴. **انعطاف:** اگر روزی از برنامه عقب ماندید، ناامید نشوید؛ دوباره ادامه دهید.
۵. **یادآوری:** این برگه، همراه روزانه شماست. هر روز به آن نگاه کنید و پیشرفت خود را پیگیری کنید.

■ اقدام اجرایی خود را در بخش مشخص شده بنویسید.

لیست وظایف و اقدامات روزانه‌ای که برای رشد شخصی و موفقیت کسب‌وکار شما ضروری است را بنویسید و به اجرای آن‌ها متعهد بمانید. هر جدول را برای یک اقدام پرینت کنید و آن اقدام را بصورت روزانه پیگیری کنید.

■ نقطه چین، خط مرزی نمودار است:

در روز اول، اگر اقدام مشخص شده در جدول انجام شد، خانه بالای خط نقطه چین (در ستون ۱) را پر کنید. اگر آن اقدام انجام نشد، خانه پایین خط نقطه چین را پر خواهید کرد.

■ هر ستون در جدول، نشان‌دهنده یک روز از ماه است:

ستون‌ها به ترتیب روزهای ماه (۱ تا ۳۱) نام‌گذاری شده‌اند.

■ نحوه پر کردن ستون‌ها:

■ اگر وظایف روزانه خود را انجام دادید: در ستون همان روز از ماه (مثلاً روز ۲)، یک خانه بالاتر از روز قبل را پر کنید.

■ اگر وظایف روزانه انجام نشد: در ستون همان روز از ماه، یک خانه پایین‌تر از روز قبل را پر کنید.

■ نکته مهم:

هیچ‌گاه خانه‌ای روبه‌روی خانه روز قبل پر نمی‌شود. فقط یکی از دو حالت زیر ممکن است:

■ خانه بالای خانه روز قبل (پیشرفت و دیسپلین).

■ خانه پایین خانه روز قبل (عدم پیشرفت).

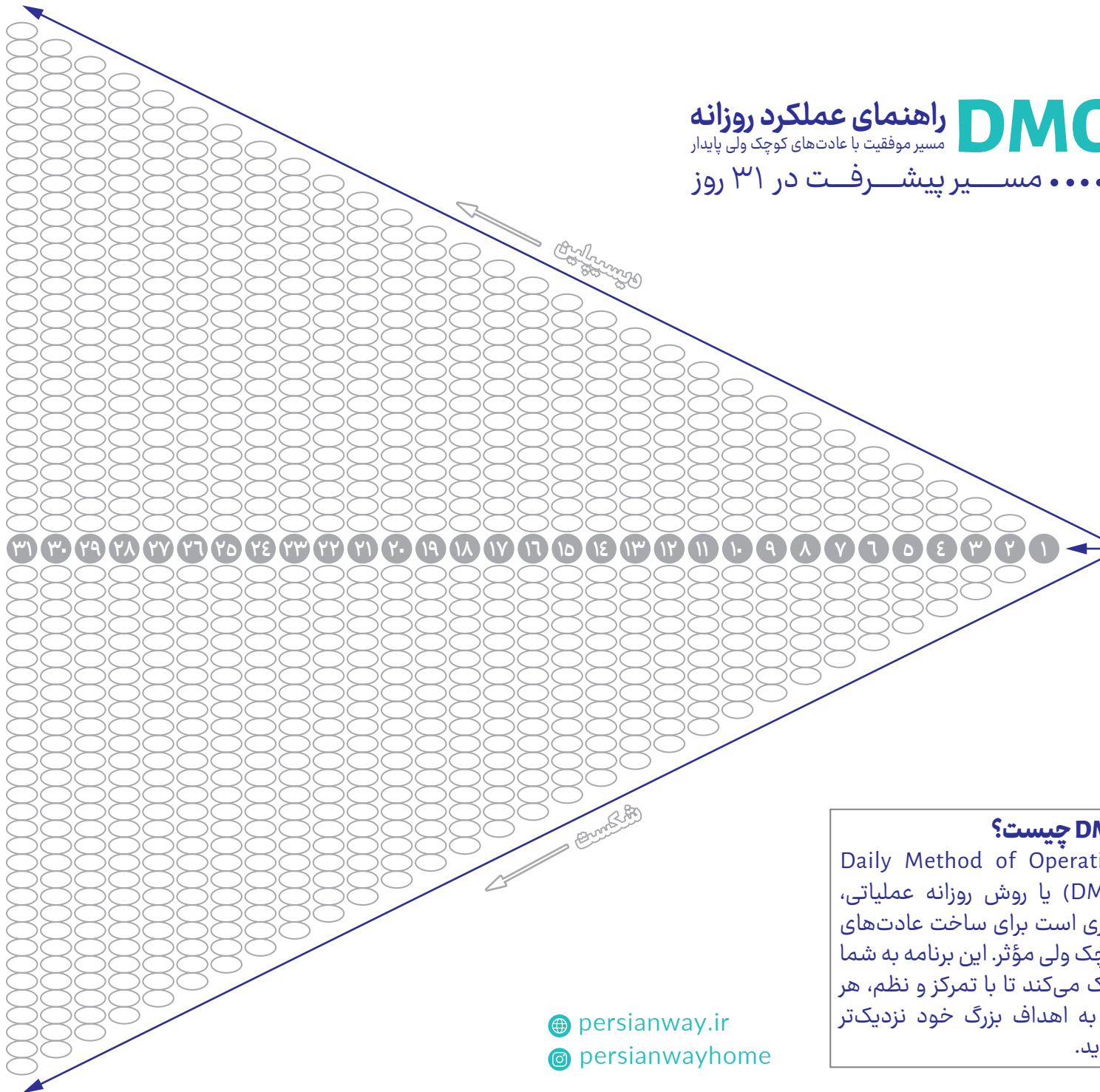
■ توجه ویژه:

تکمیل مداوم نمودار، تصویر روشنی از پیشرفت یا توقف شما را نشان می‌دهد. هر خانه‌ای که بالاتر می‌رود، شما را به موفقیت نزدیک‌تر می‌کند.



DMO راهنمای عملکرد روزانه

مسیر موفقیت با عادت‌های کوچک ولی پایدار
..... مسیر پیشرفت در ۳۱ روز



Small Changes
تغییرات کوچک
نتایج بزرگ
Big Results

🌐 persianway.ir
📷 [persianwayhome](https://www.instagram.com/persianwayhome)

DMO چیست؟

Daily Method of Operation (DMO) یا روش روزانه عملیاتی، ابزاری است برای ساخت عادت‌های کوچک ولی مؤثر. این برنامه به شما کمک می‌کند تا با تمرکز و نظم، هر روز به اهداف بزرگ خود نزدیک‌تر شوید.

اقدام من در یک ماه آینده جهت ارتقای کیفیت روزانه‌ام