
MUVAFFAQIYATGA
ERISHISHNING
200ta
siri

ROBIN SHARMA

Muallif haqida:

Robin Sharma



Yozuvchi

Liderlik
Spikeri

Shaxsiy
rivojlanish
bo'yicha
mutaxassis



Top 10
motivatsion
spikerlar
ro'yhatida



Top 50 liderlik
va menejment
ekspertlari ro'yhatida

LOYIHA RAHBARI:

V.G'ANIXO'JAEV

Tarjimonlar:

M.Bozorova

M.Husniddinova

N.Musaboeva

Dizayner:

Y.Hoshimov

Maslahatchi:

B.Muratov

Ushbu kitob robinsharma.com rasmiy ruhsati bilan
tarjima qilindi. Kitobdan tijoriy maqsadlarda
foydalanish taqiqlanadi.



BIZNES HAMROH

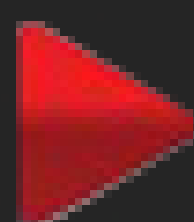
TADBIRKORLIK VA BIZNES BLOGI



t.me/bizham



fb.com/bizneshamroh



mover.uz/channel/bizham

<http://bizham.uz>

Toshkent 2017



Kamroq uxlang



Bu hayotingizni yanada unumdor va mazmunli bo'lishiga yordam beradi. Ko'pchilik insonlar salomatligi uchun 6 soat uyqu yetarli. 21 kun davomida har kuni 1 soat vaqtliroq uyg'onishga harakat qiling va bu asta-sekin doimiy odatga aylanadi. Yodda tuting, muhimi uyquning sifati, qanchaligi emas. Har oyda qo'shimcha 30 soat vaqtga ega bo'lsangiz, uni qanday muhim ishlarga sarflashingiz mumkinligini bir o'ylab ko'ring-a?!



Shaxsiy rivojlanish vaqti

Har kuni ertalab bir soat vaqtingizni shaxsiy rivojlanish masalalariga bag'ishlang. Meditatsiya bilan shug'ullaning, yangi kuningiz qanday o'tishini tasavvur qiling, ilhom bag'ishlovchi matnlardan o'qing, kassetalar tinglang, yoki yaxshi kitob mutolaa qiling. Bu qisqa vaqtni yangi kuningiz uchun ruhingizni kuch-quvvat va g'ayratga to'ldirish uchun sarflang. Haftasiga bir marotaba quyosh chiqishini kuzating yoki shunchaki tabiat bag'rida bo'ling. Kunning yaxshi kayfiyatda boshlanishi ruhingizning yangilanishiga va ishingizning samarador bo'lishiga sabab bo'ladi.



Savol bering

Hech qachon vaqtingizni zoya ketkazuvchi narsalar eng muhim masalalar hisobiga bo'lmasligi kerak. Har kuni o'zingizga "Bu ish orqali vaqt va kuchimni eng to'g'ri yo'lga sarfladimmi?" deb savol bering. Chunki vaqtning to'g'ri taqsimoti hayotning unumli bo'lishiga sababchi bo'ladi. Shuning uchun har bir o'tayotgan daqiqa uchun e'tibotli bo'ling.