

Обзор книги «7 навыков высокоэффективн ых людей» Стивен Р. Кови

Выполнили:
Шестакова Евгения,
Ямбарышева
Алевтина
БЭМ -15-01

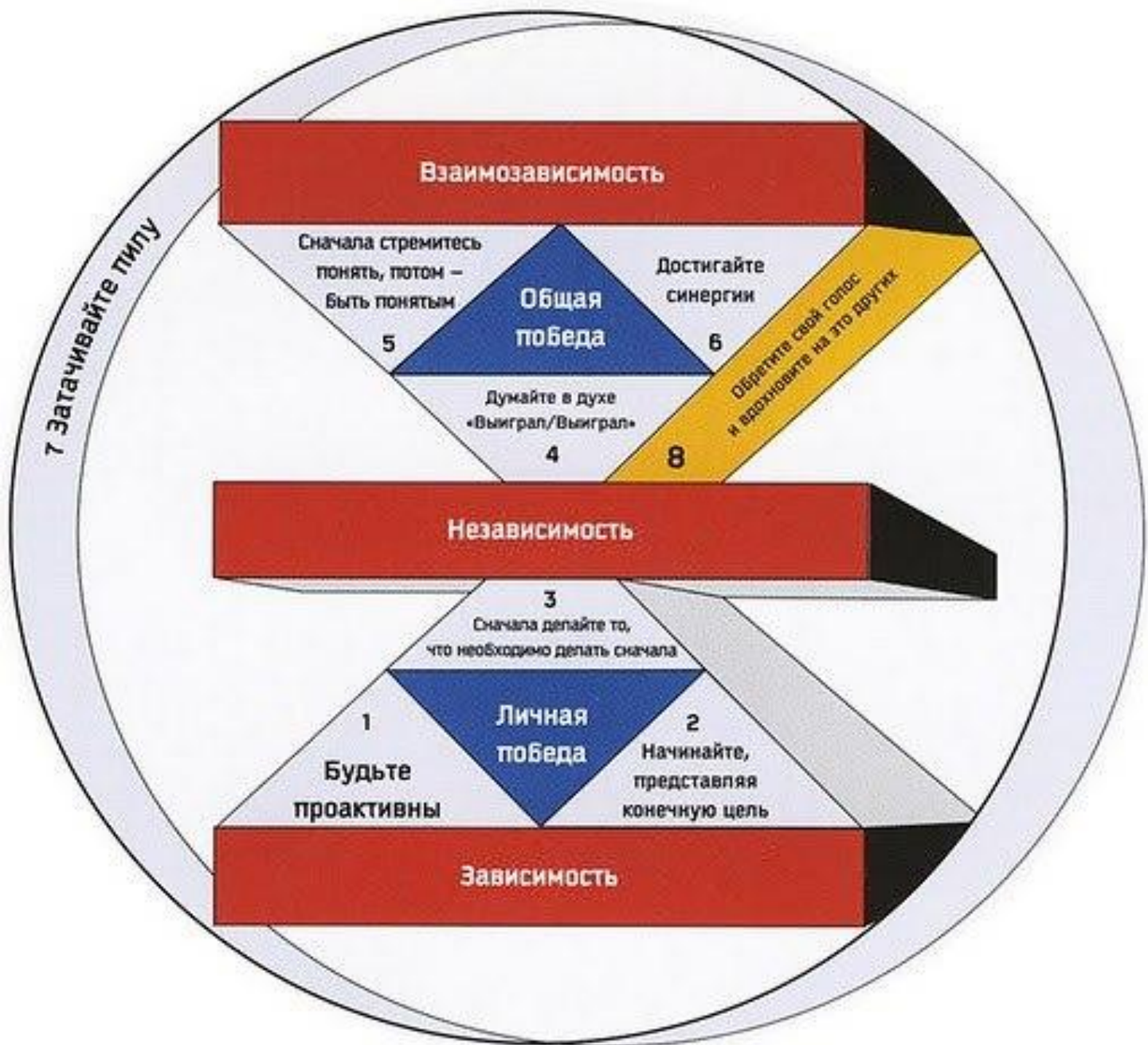


- **Стивен Кови** - преподаватель и консультант по организационному управлению и управлению жизнью, а также консультант в сфере руководства, семейных и межличностных отношений и личной эффективности.
- **Стивен Кови** родился 24 октября 1932 года в городе Солт-Лейк-Сити – столице американского штата Юта.
- **Стивен Кови** прожил насыщенную, яркую, запоминающуюся и по-настоящему эффективную жизнь. Он скончался 16 июля 2012 года в возрасте 79 лет в Айдахо, США в окружении своей большой любящей семьи. Для многих людей он был авторитетом, учителем и достойным примером для подражания.

- *«Поразительная книга, она может изменить вашу жизнь» (Том Питерс, автор бестселлера «В поисках совершенства»)*
- *«Настольная книга для каждого, кто стремится к успеху» (Билл Клинтон)*
- *«Классика – это произведения, о которых уже не спорят и с которыми необходимо познакомиться каждому. В море литературы о личном развитии тоже есть своя классика – «Семь навыков высокоэффективных людей» Стивена Кови. Не знать эту книгу в наше время просто неприлично» (Радислав Гандапас - бизнес-тренер)*
- *«В мире не так много бизнес-книг, которые необходимо прочесть каждому. Это - одна из них.» (Сет Годин)*

Молодая или пожилая женщина??





7 Заточивайте пилу

Взаимозависимость

Сначала стремитесь
понять, потом –
Быть понятым

Общая победа

Достигайте
синергии

5

6

Думайте в духе
«Выиграл/Выиграл»

4

8

Обретите свой голос
и вдохновите на это других

Независимость

3

Сначала делайте то,
что необходимо делать сначала

1

Будьте
проактивны

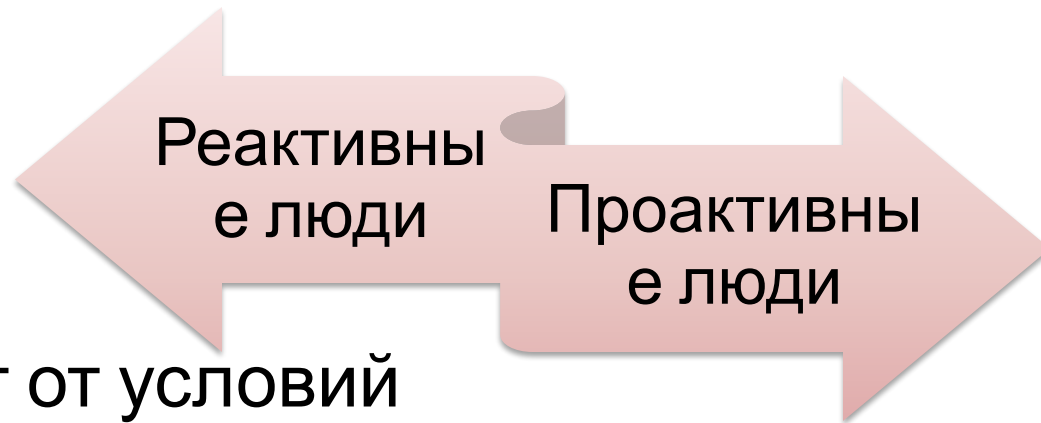
Личная победа

2

Начинайте,
представляя
конечную цель

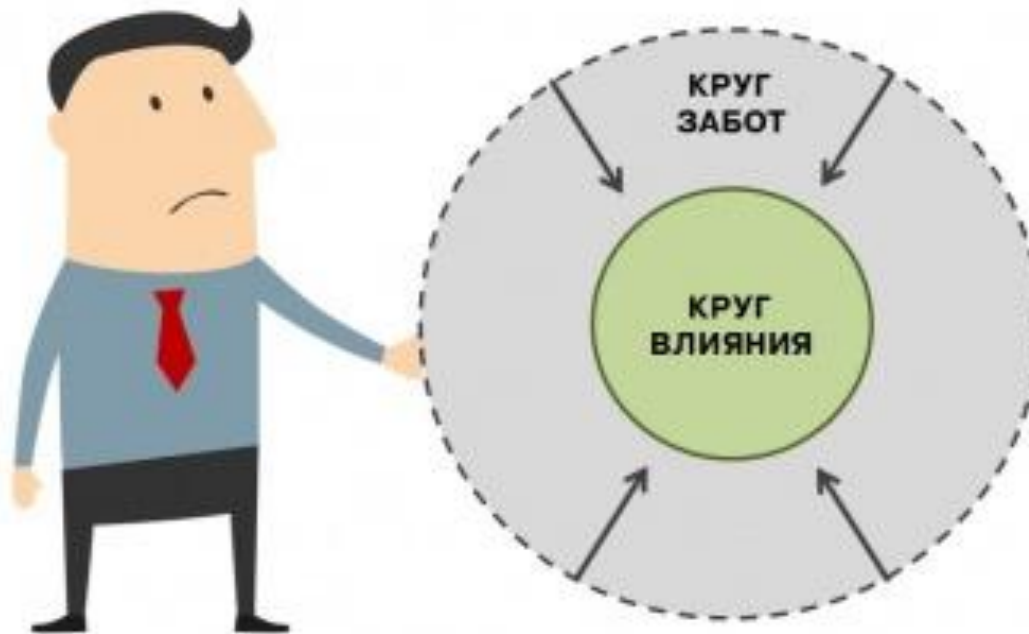
Зависимость

1 навык: Будьте проактивны



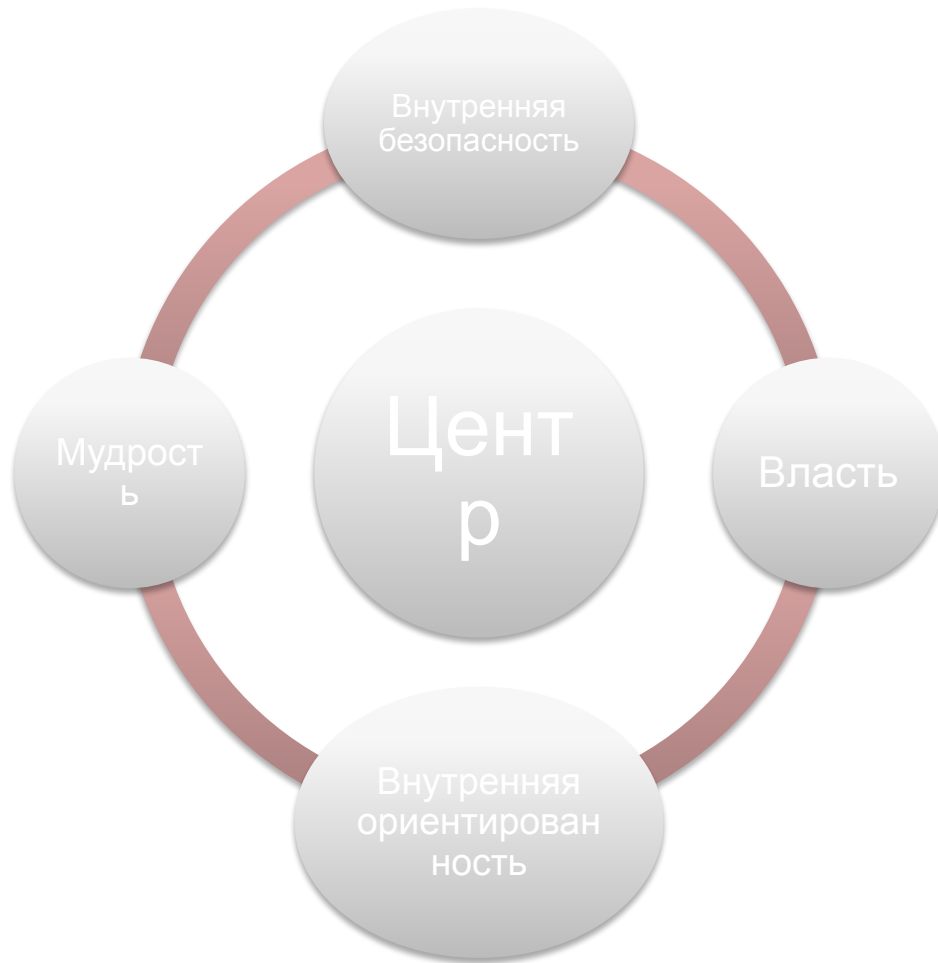
- Зависят от условий окружающей и социальной среды;
 - Движимы чувствами, обстоятельствами, условиями
- Носят в себе свою собственную погоду;
 - Движимы тщательно отобранными ценностями и принципами

Круг забот/круг влияния



- Проактивные люди фокусируют свои усилия на круге влияния, направляя энергию на то, что им подвластно
- Реактивные люди растрачивают свои усилия в круге забот, позволяя тому, что находится внутри его, управлять ими

2 навык: Начиная, представляя конечную цель



Что находится в
центре вашей
жизни?

Написание и реализация личной миссии (пример)

- Моя миссия: жить честно и позитивно
влиять на судьбы других людей
- Для исполнения данной миссии:
 - Я люблю людей
 - Я воодушевляю
 - Я способен оказывать влияние на жизни других людей
- Приоритетные роли для выполнения миссии:
 - Роль мужа(моя жена самый важный человек в моей жизни)
 - Роль сына и брата (я всегда рядом, всегда готов прийти на помощь)
 - Роль ученика (я каждый день учусь и узнаю что-то новое для себя)

3 навык: Сначала делайте то, что необходимо делать сначала

ВАЖНЫЕ	I <ul style="list-style-type: none">• Критические ситуации• Неотложные проблемы• Проекты с горящим сроком исполнения	II <ul style="list-style-type: none">• Профилактическое обслуживание оборудования• Установление связей• Поиск новых возможностей• Планирование• Восстановление сил
	↑ ЖИВИТЕ К СЕВЕРУ ОТ ЛИНИИ ↑	
НЕВАЖНЫЕ	III <ul style="list-style-type: none">• Посторонние разговоры и телефонные звонки• Какая-то корреспонденция, какие-то сообщения. Некоторые встречи• Распространенные виды деятельности	IV <ul style="list-style-type: none">• Мелочи, отнимающие время. Корреспонденция• Пустая потеря времени• Праздное времяпрепровождение
	СРОЧНЫЕ	НЕСРОЧНЫЕ

Самоуправление в квадрате

2

1. *Выписываем наши основные роли*

- ✓ Личность
- ✓ Жена/мать
- ✓ Менеджер
- ✓ Член общины
- ✓ Руководитель

2. *Выбор целей*

- ✓ Личность (написать текст личной миссии, записаться на курсы, навестить друга)
- ✓ Жена/мать (купить билеты на концерт, помочь Саре с домашним заданием)
- ✓

Самоуправление в квадрате

2

3. Планирование

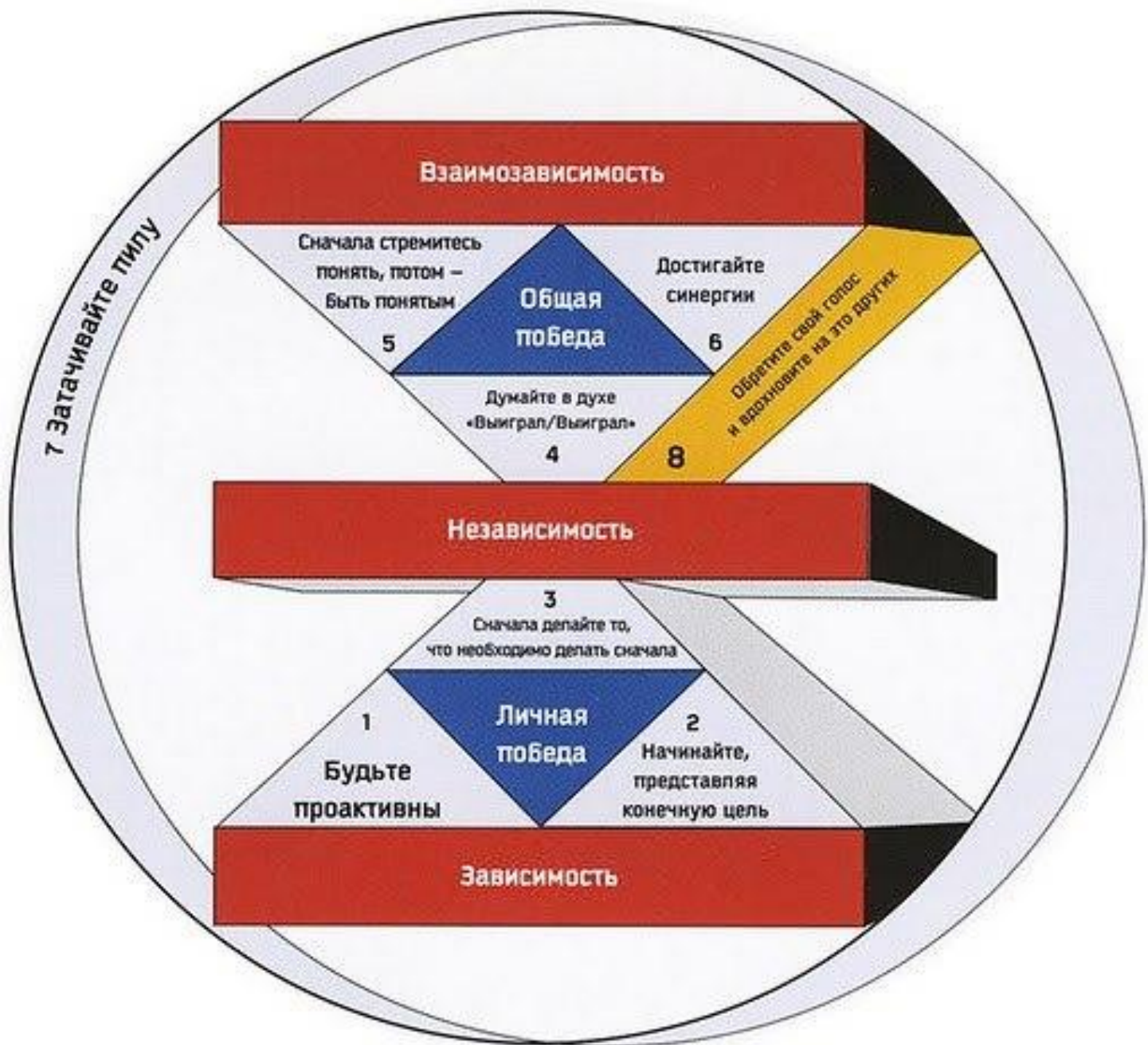
Имея цели на неделю, вы можете спланировать время таким образом, чтобы эти цели были

дос



4. Ежедневная адаптация

Приоритизация действий и целесообразной реакции на непредвиденные обстоятельства



7 Заточивайте пилу

Взаимозависимость

Сначала стремитесь понять, потом – Быть понятым

Общая победа

Достигайте синергии

5

6

Думайте в духе «Выиграл/Выиграл»

4

8

Обретите свой голос и вдохновите на это других

Независимость

3

Сначала делайте то, что необходимо делать сначала

Личная победа

1

Будьте проактивны

2

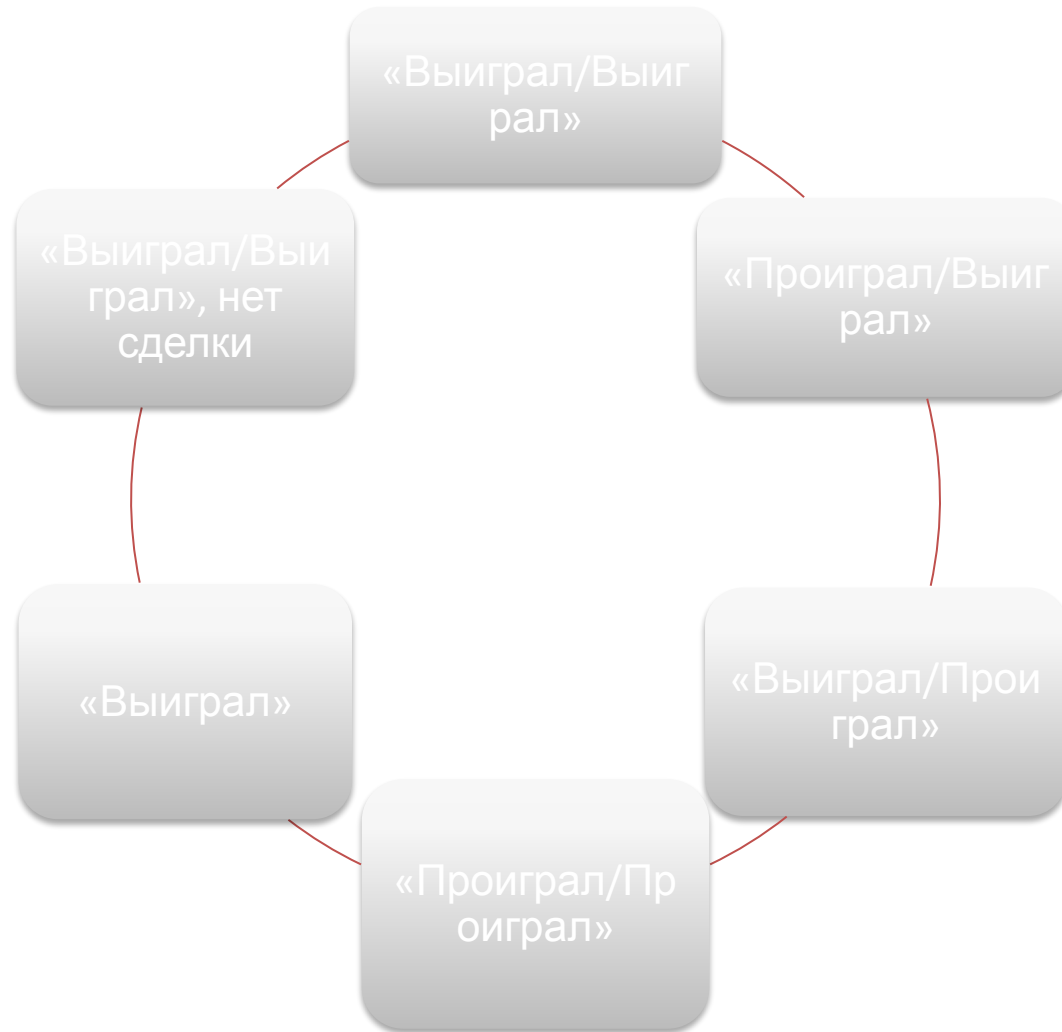
Начиная, представляя конечную цель

Зависимость

6 главных вкладов в эмоциональный банковский счет

1. *Понимание*: важно для другого человека = важно для вас
2. *Внимание к мелочам*: знаки внимания, проявления заботы, доброты
3. *Выполнение обязательств*: обещал – сделай
4. *Прояснение ожиданий*: четко формулировать ожидания
5. *Проявление цельности личности*: слова = реальность
6. *Принесение искренних извинений*

4 навык: Думайте в духе «Выиграл/выиграл»

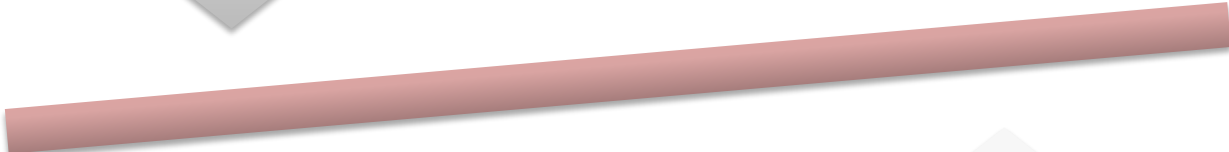


5 навык: Сначала стремитесь понять, потом - быть понятым



Большинство людей слушает
не с намерением понять, а с
намерением ответить. Они или
говорят или готовятся
говорить.

Мы: оцениваем, зондируем,
советуем, интерпретируем



ЭМПАТИЧЕСКОЕ СЛУШАНИЕ
(слушание с намерением
понять)

Смотреть на вещи с позиции
другого человека, увидеть мир
таким, каким видит его он



Сначала стремитесь

понять



Искренне старайтесь понять другого человека, оставьте в стороне всё личное. Не давите. Будьте терпеливы. Будьте тактичны. Не ждите, что люди откроются прежде чем вы проявите эмпатию.

6 НАВЫК: ДОСТИГАЙТЕ СИНЕРГИИ

- Вы открываете свой ум, средства самовыражения
- Вера в то, что участники коммуникации смогут, благодаря взаимодействию, проникнуть глубже в суть вещей
- Ценить различия между людьми – в менталитете, в эмоциональной сфере, психологические различия



7 навык: Затачивайте пилу



Факторы обновления

Физические

- Забота о здоровье
- Забота о физическом состоянии
- Отдых

Духовные

- Источники, вдохновляющие нас
- Собственная система ценностей
- Духовное развитие

Интеллектуальные

- Интеллектуальное развитие и дисциплинированность ума
- Образование

Эмоциональные

- Общение с другими людьми
- Ощущение личной безопасности
- Делать жизнь других людей счастливее

Сценарии для других

- Большинство людей зависит от социального зеркала, их сценарии определены мнениями других
- Мы можем отказаться от навешивания ярлыков и жить по своему собственному сценарию

«Если общаться с человеком сообразно тому, каков он есть, он останется таким каков он есть. Если же обращаться с человеком сообразно тому, каким он может быть, то он станет таким каким может быть» Гёте

Баланс



- Наиболее эффективным процесс обновления становится только тогда, когда он разумно сбалансирован и затрагивает все 4 измерения

Обязательство

Действие

Действие

Узнавание

Обязательство

Узнавание

Действие

Обязательство

Узнавание

ВОСХОДЯЩАЯ СПИРАЛЬ РОСТА И РАЗВИТИЯ

Чтобы постоянно двигаться вперед, мы должны узнавать, брать обязательства и действовать. И опять – узнавать, брать обязательства и действовать.

Спасибо за внимание!

