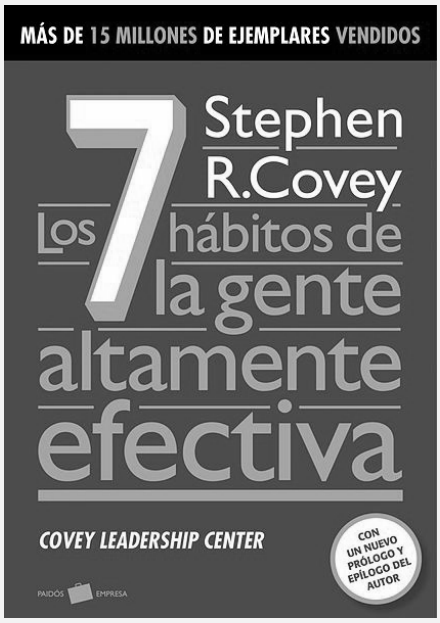
Los Siete Hábitos de la Gente Altamente Efectiva Cheat Sheet

by Jorge Juan (jorgejuan007) via cheatography.com/35958/cs/11560/

Steven R. Covey

Stephen Richards Covey (Salt Lake City, Utah, Estados Unidos, 24 de octubre de 1932 - Idaho Falls, Idaho, Estados Unidos, 16 de julio de 2012) fue un escritor, conferenciante y profesor estadounidense.

Portada del Libro



Source http://eduardogarbayo.com/wp-content/uploads/2014/02/7-habitos-garbayo-libro.jpg
https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lossietehabitos.jpg

Conceptos

Paradigma	Elementos que constituyen el marco de referencia desde el cual cada individuo mira la realidad

Existe una diferencia importante entre la ética del carácter y la ética de la personalidad

Ética del carácter	Implica cómo se debe ser.
Ética de la person-alidad	Implica cómo parecerse o qué mostrarle a los demás.
Victoria privada	Avance de la dependencia a la independencia.

Conceptos (cont)

Victoria pública	Avance de la independencia a la interdependencia

La personalidad es superficial. En cambio, el carácter está debajo de él y construye la credibilidad y la confianza. Es imprescindible para crear relaciones interpersonales sólidas y estables.

Desarrollo Personal

Etapa	Significado	Victoria	Hábitos
Dependencia	Inicio. Donde comenz-amos. Dependemos de otras personas. Si no hay desarrollo personal nos quedamos en esta etapa.	Actitud del tú	1,2,3
Independencia	Llegamos a ser más independientes y tomamos la responsab-ilidad de nuestras acciones. Pero no somos plenamente eficaces.	Actitud del yo. Privada	4,5,6
Interdependencia	Entendemos que, a pesar de que somos autosuficientes, todavía necesitamos a otras personas para llevar a cabo nuestros objetivos. Nos aferramos a la idea de trabajar juntos para obtener mejores resultados	Actitud del Nosotros. Pública	7

El desarrollo personal consta de 3 etapas.

Sponsored by **CrosswordCheats.com**
Learn to solve cryptic crosswords!
http://crosswordcheats.com

Los Siete Hábitos

Los hábitos se encuentran en la intersección de tres componentes que se solapan:
El **conocimiento** indica qué hacer y por qué.
Las **habilidades** indican cómo hacer las cosas.
El **deseo o actitud** es la motivación y las ganas de hacerlas.

Si una persona lleva estos hábitos en su vida cotidiana puede lograr importantes mejoras, tanto en su vida personal como en su organización.

1º Ser Proactivo

Tomar la responsabilidad por su propia vida y ejercitar la habilidad de seleccionar su respuesta ante cualquier estímulo.

Implica comportarse según su decisión consciente, basado en sus valores, no en las condiciones en las que se encuentra.

Representa la posibilidad de asumir nuevos desafíos en un ambiente de libertad individual y responsabilidad social de la persona humana.

Es muy importante entender que entre los estímulos, procedentes del ambiente externo e interno, y las respuestas, manifestadas en conductas observables o no, existe la libertad interior de decidir.

Al hombre se le puede despojar de todo salvo elegir su actitud frente a las circunstancias de su propia vida

2º Empiece con un fin en mente

Es necesario entender que todas las cosas son creadas dos veces.

Primero se diseña o imagina, después se contruye

Este es el hábito de la primera creación o creación mental

Refleja la necesidad de encontrar un sentido a la propia existencia y comenzar cada día con un claro entendimiento de su dirección y destino deseados

El poder de una visión de futuro es increíble

3º Primero lo Primero

Interpreta la idea de la administración personal

Las personas deben encontrar la diferencia entre lo importante y lo urgente para ser más efectivas

Hábito de creación física

Básico para comprender la calidad de las decisiones y acciones en el día a día

Clasificación Actividades

Urgente e importante: Administración por crisis

No urgente e importante: Administración proactiva

Urgente y no importante: Administración reactiva;

No urgente y no importante: Administración inefectiva.

Cada actividad puede ser clasificada según dos criterios:
Urgencia, aquellas actividades que requieren una acción inmediata.
Importancia, aquellas actividades que tienen que ver con los resultados.
clave para lograr la efectividad

4º Hábito: Piense en ganar / ganar

Ejemplifica el beneficio mutuo y ayuda poderosamente a encontrar el equilibrio en las relaciones humanas con un sentido de bien común y equidad

Posibilita el logro de satisfacciones compartidas entre todas aquellas personas que participan en un proceso de negociación

6 Paradigmas de Interacción Humana

/

gano, ganas / no hay trato
pierdo, ganas, etc.

Sponsored by **CrosswordCheats.com**
Learn to solve cryptic crosswords!
http://crosswordcheats.com

5º Hábito: Comprender, Después ser comprendido

Comunicación efectiva

Desarrollar los beneficios de la inteligencia emocional y obtener un clima social de respeto y convivencia armoniosa

Sustenta la necesidad de comprender con empatía al otro para después ser comprendido y poder edificar relaciones interpersonales más constructivas

Importancia de la escucha empática en el proceso de la comunicación humana.

6º Hábito: Sinergice

Implica la interdependencia y es el producto social de individuos, familias, equipos de trabajo y organizaciones bien integradas, productivas y creativas

Fundamenta los logros sinérgicos del trabajo en equipo

El resultado del colectivo es mayor que la simple suma de sus integrantes

La sinergia es un producto resultante de la calidad de las relaciones internas y externas de calidad singular

7º Afile la sierra

Este hábito de efectividad interpreta la mejora continua y la auto-r-enovación

El mantenimiento básico necesario para mantener los hábitos restantes funcionando adecuadamente, ofrece un horizonte de superación personal en todas y cada una de las áreas de nuestra personalidad

Permite entender el mejoramiento personal en las dimensiones física, mental, socio-emocional y espiritual.

Covey relata la historia de un leñador que se encuentra en el bosque tratando de derribar árboles con su hacha.
Su hacha requiere ser afilada cada cierto tiempo para que recupere su filo y pueda seguir brindando un buen servicio.
Es lo que acontece con las personas cuando no son capaces de hacer un alto en el camino de su vida para recuperar nuevas energías con el descanso reparador, la lectura de estudio, la ayuda solidaria al prójimo o la meditación.

8º Hábito Encuentre su propia voz

Encuentre su propia voz e inspire a otros para que encuentren la suya

Animar hacia la “grandeza”, significa actuar con integridad como individuo y ayudar a otros para que hagan lo mismo.

Grandeza personal Aplicación de los 7 hábitos en las formas de: visión, disciplina, pasión y conciencia.

Grandeza de Liderazgo Aplicando los 4 papeles del liderazgo, que están modelando los 7 hábitos: Encontrar la trayectoria. Creando el modelo. Alineamiento. Crear un sistema de trabajo técnicamente impecable. Empoderamiento. Liberar el talento, la energía, y la contribución de la gente. Dar el ejemplo. Para construir confianza en otros. Es el corazón del liderazgo eficaz.

Grandeza organizacional Ésta es grandeza convertida en una visión, una misión y unos valores. Esto trae la claridad, compromiso, difusión, sinergia, y permite la confiabilidad.

En el libro del año 2004: “El octavo hábito: From Effectiveness to Greatness”,
Covey añade éste octavo hábito.

Referencia del Libro

Editorial	Paidos Ibérica
Publicación	1997 (original 1989)
Páginas	481
Temáticas	Desarrollo personal, empresa, organización y psicología del desarrollo

El libro lista treinta y dos principios de acción, que ayudarán al lector a alcanzar un alto nivel de efectividad en todos los aspectos relevantes de su vida.
El libro está dividido en tres secciones, cada una con capítulos relacionados con los siete hábitos. Basados según Covey en la «ética del carácter», que son atemporales, universales y evidentes por sí mismos.

Sponsored by **CrosswordCheats.com**
Learn to solve cryptic crosswords!
http://crosswordcheats.com

Proceso de enseñanza a una tercera persona

La mejor manera de aprender es enseñando lo aprendido. Las ventajas de esto son:

Afianza lo aprendido

Incrementa la probabilidad de aplicar lo aprendido

Aumenta la capacidad de comunicar las ideas aprendidas

Mejora la profundidad de la relación

Mentalidad de la Abundancia

Covey acuñó la idea de **mentalidad de abundancia**: Una persona cree que hay suficientes recursos y éxitos para compartir con los demás.
Contrasta con la **mentalidad de escasez** (competencia destructiva e innecesaria), basada en la idea de que, si alguien gana o tiene éxito en una situación, eso significa que otro pierde; sin considerar la posibilidad de que todas las partes ganen de alguna manera u otra.
Los individuos con una mentalidad de abundancia rechazan la noción de juegos de suma cero y son capaces de celebrar el éxito de otros en lugar de sentirse amenazados.

Autor: Jorge Juan

Versión 1.0 Abril 2017

Sponsored by **CrosswordCheats.com**
Learn to solve cryptic crosswords!
http://crosswordcheats.com