

STEPHEN R. COVEY

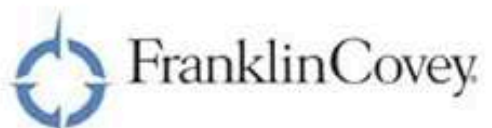
NUOVA EDIZIONE

The 7 Habits
of Highly
Effective People

Le **7** REGOLE
— PER —
AVERE
SUCCESSO

TRADOTTO IN 40 LINGUE

Oltre 40 milioni di copie vendute in tutto il mondo



FRANCOANGELI/TREND

Compagni di Crescita - Libri e Riflessioni

**LE 7 REGOLE PER
AVERE SUCCESSO**

Stephen R. Covey

Francesco Bonomelli



 OCCUPATI DI TE

STEPHEN R. COVEY

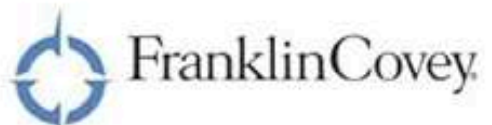
NUOVA EDIZIONE

The 7 Habits
of Highly
Effective People

Le **7** REGOLE PER AVERE SUCCESSO

TRADOTTO IN 40 LINGUE

Oltre 40 milioni di copie vendute in tutto il mondo



FRANCOANGELI/TREND

LE 7 REGOLE PER AVERE SUCCESSO

Contesto del libro

Un manuale per l'efficienza professionale e un percorso di vita significativo.

Obiettivo delle abitudini

Trasformazione personale e miglioramento della qualità della vita.



ESSERE PROATTIVI

- **Definizione di proattività:** Prendere l'iniziativa per influenzare gli eventi.
- **Circonferenza di influenza vs. preoccupazione:** Concentrarsi su ciò che si può controllare.
- **Linguaggio proattivo:** Usare un linguaggio che riflette scelte e responsabilità.
- **Responsabilità personale:** Assumersi la responsabilità per le proprie azioni.
- **Proattività nella vita personale e professionale:** Esempi pratici di come essere proattivi.



INIZIARE CON UNA FINE IN MENTE

- **Visione e obiettivi chiari:** Definire gli obiettivi personali e professionali.
- **Creazione di una mappa mentale:** Stabilire valori e principi guida.
- **Personal Mission Statement:** Redigere una dichiarazione di missione personale.
- **Applicazione nella vita personale e professionale:** Utilizzo della visione per guidare le decisioni.
- **Riflessione e autovalutazione:** Verificare regolarmente l'allineamento con la visione.

Priorities

1.

2.

3.

METTERE LE COSE PIÙ IMPORTANTI AL PRIMO POSTO

- **Gestione delle priorità:** Distinguere tra compiti urgenti e importanti.
- **Matrice delle priorità:** Categorizzare le attività in base all'urgenza e all'importanza.
- **Equilibrio tra le varie sfere della vita:** Bilanciare lavoro, famiglia, sviluppo personale.
- **Gestione del tempo efficace:** Pianificare in anticipo e stabilire margini di tempo.
- **Superare la procrastinazione:** Affrontare le attività importanti ma non urgenti.
- **Praticità dell'abitudine:** Esempi e suggerimenti per l'implementazione.



PENSARE IN TERMINI DI VINCERE/VINCI

- **Filosofia del vincere/vincere:** Creare soluzioni reciprocamente vantaggiose.
- **Contrasto con altre mentalità:** Differenze tra vincere/vincere e altre mentalità.
- **Applicazioni nelle relazioni interpersonali:** Migliorare le relazioni con un approccio equo.
- **Abilità di negoziazione e risoluzione dei conflitti:** Applicare un approccio collaborativo.
- **Sviluppo di una cultura vincere/vincere:** Promuovere questa mentalità in gruppi e organizzazioni.
- **Benefici a lungo termine:** Migliorare la fiducia e la cooperazione reciproca.



CERCARE PRIMA DI CAPIRE, POI DI ESSERE CAPITO

- **Importanza dell'ascolto empatico:** Comprendere prima di cercare di essere compresi.
- **Differenza tra ascolto empatico e ascolto tradizionale:** Ascoltare con empatia e apertura.
- **Tecniche di ascolto empatico:** Parafrasi, riflessione emotiva, domande aperte.
- **Impatto sull'efficienza della comunicazione:** Migliorare la comunicazione e le relazioni.
- **Applicazione nelle relazioni personali e professionali:** Benefici dell'ascolto empatico.
- **Collegamento con la leadership efficace:** Ascolto empatico per una leadership compassionevole.



SINERGIZZARE

- **Concetto di sinergia:** Collaborazione per risultati superiori alla somma delle parti.
- **Valorizzazione delle differenze:** Usare le diversità per l'innovazione e la creatività.
- **Approcci creativi alla risoluzione dei problemi:** Soluzioni innovative tramite la collaborazione.
- **Esempi pratici di sinergia:** Brainstorming e problem-solving collaborativo.
- **Applicazione in ambiti diversi:** Utilizzo della sinergia in vari contesti.
- **Ostacoli alla sinergia:** Superare barriere alla collaborazione efficace.
- **Benefici a lungo termine:** Efficienza, morale del team, e relazioni forti.



AFFILARE LA LAMA

- **Rinnovamento personale olistico:** Bilanciamento nelle aree fisica, sociale, mentale, spirituale.
- **Cura del corpo:** Esercizio fisico, alimentazione sana, riposo adeguato.
- **Crescita mentale continua:** Apprendimento e sviluppo intellettuale.
- **Aspetto sociale/emozionale:** Coltivare relazioni positive e praticare l'empatia.
- **Aspetto spirituale:** Riflessione, meditazione, pratiche spirituali.
- **Equilibrio e rinnovamento regolare:** Mantenere l'equilibrio tra le diverse aree.
- **Benefici a lungo termine:** Produttività, creatività, resilienza, soddisfazione.

GRAZIE

PER AVERMI SEGUITO



ISCRIVITI



METTI UN LIKE



CONDIVIDI



COMMENTA