
Annexe

Les 7 habitudes des gens efficaces

Leçons puissantes pour changer

Révisé et mis à jour

de Stephen Covey



des milliers
d'histoires,
découvrez la vôtre

Table des matières

<i>Image n° 1</i>	3
<i>Image n° 2</i>	3
<i>Image n° 3</i>	4
<i>Diagramme n° 4</i>	4
<i>Tableau n° 5</i>	5
<i>Tableau n° 6</i>	5
<i>Tableau n° 7</i>	6
<i>Diagramme n° 8</i>	7
<i>Image n° 9</i>	8
<i>Tableau n° 10</i>	8
<i>Tableaux n° 11</i>	14
<i>Tableau n° 12. La matrice de la gestion du temps</i>	14
<i>Tableau n° 13</i>	15
<i>Tableau n° 14</i>	16
<i>Tableau n° 15</i>	17
<i>Tableau n° 16</i>	19
<i>Tableau n° 17. Là où nous dépensons notre temps</i>	19
<i>Diagramme n° 18</i>	20
<i>Image n° 19</i>	20
<i>Diagramme n° 20. Niveaux de communication</i>	21

Image n° 1



Image n° 2



Image n°3



Diagramme n°4

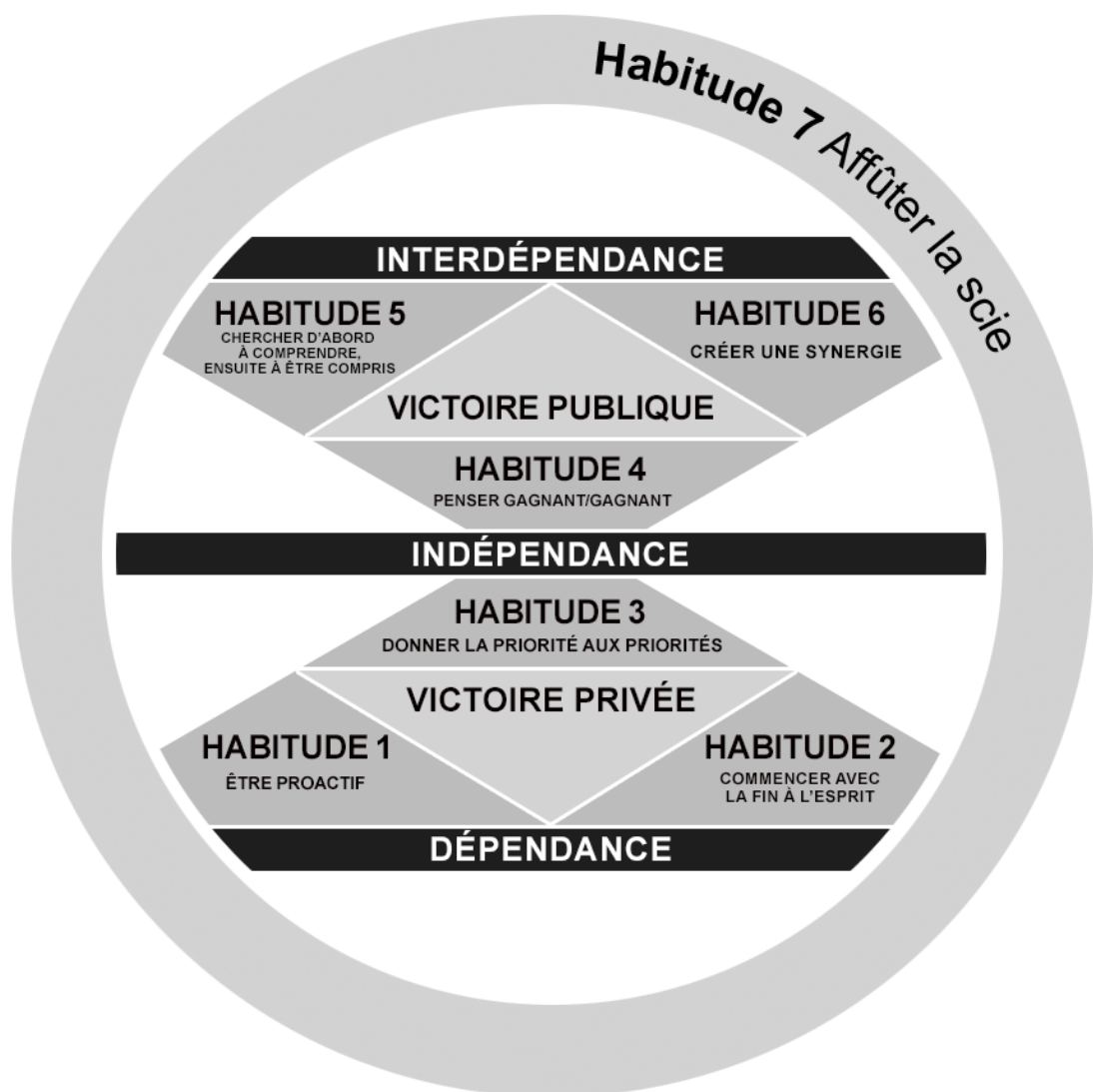


Tableau n°5

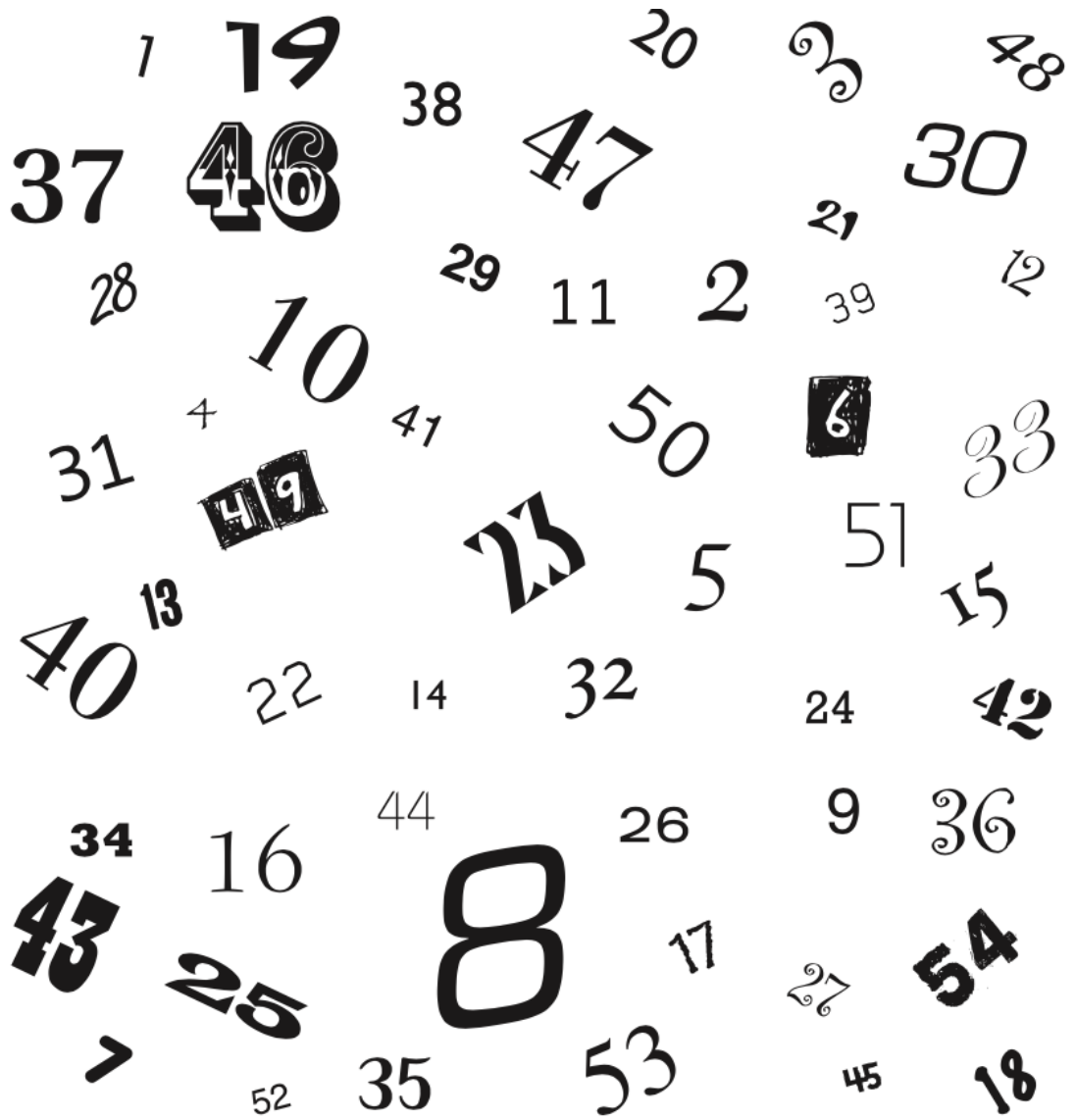


Tableau n°6

1	2	3
4	5	6
7	8	9

Tableau n°7

<p>1 19 37 46 28 10</p>	<p>38 20 47 29 11 2</p>	<p>3 48 30 21 12 39</p>
<p>31 4 49 40 13 22</p>	<p>41 50 23 5 14 32</p>	<p>6 33 51 15 24 42</p>
<p>34 16 43 25 7 52</p>	<p>44 26 8 17 35 53</p>	<p>9 36 27 54 45 18</p>

Diagramme n° 8

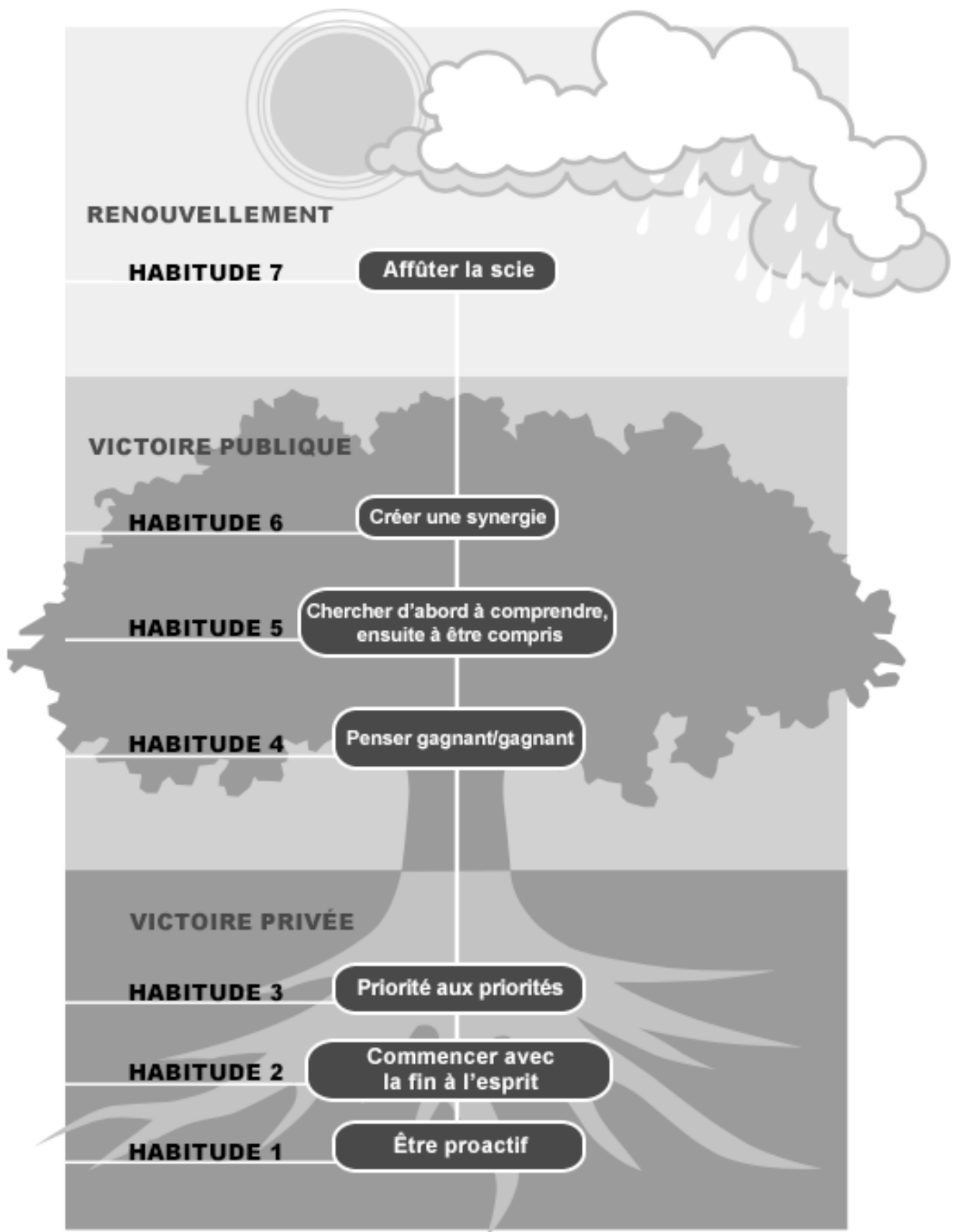


Image n° 9

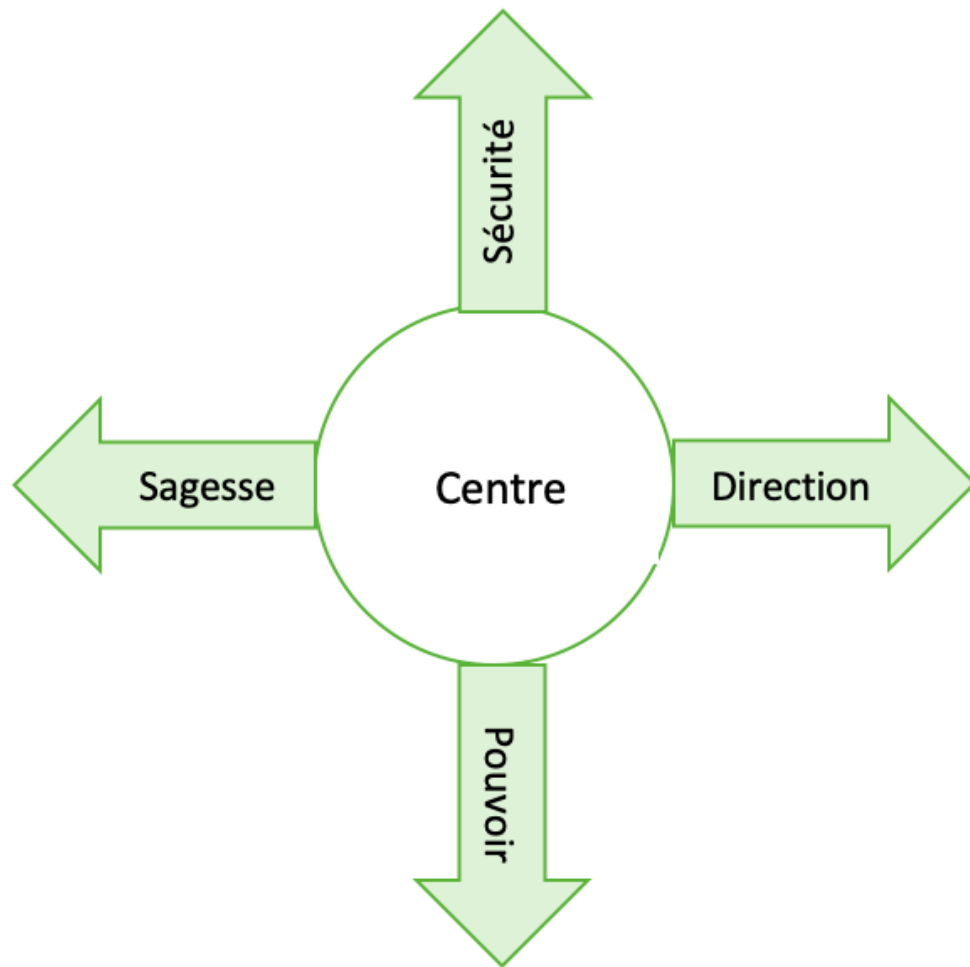


Tableau n° 10

CENTRE DE FOCALISATION	SÉCURITÉ	DIRECTION	SAGESSE	POUVOIR
Si vous êtes... centré sur votre conjoint	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre sécurité est basée sur la manière dont votre conjoint vous traite. ● Vous êtes très vulnérable aux humeurs et sentiments de votre conjoint. ● Vous ressentez une profonde déception – qui 	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre direction provient de vos propres besoins et exigences ainsi que de ceux de votre conjoint. ● Votre critère de décision est limité à ce que vous estimez être le mieux 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vos perspectives sur la vie tournent autour de ce qui peut influencer positivement ou négativement votre conjoint ou la relation entre vous. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre pouvoir d'agir est limité par les faiblesses de votre conjoint et les vôtres.

VOIR LA SUITE DU TABLEAU



	<p>débouche sur un retrait ou un conflit – lorsque votre conjoint n'est pas d'accord avec vous ou ne satisfait pas vos attentes.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tout ce qui est susceptible de troubler la relation est perçu comme une menace. 	<p>pour votre mariage ou votre conjoint, ou encore aux préférences et opinions de votre conjoint.</p>		
<p>Si vous êtes... centré sur la famille</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre sécurité est basée sur l'acceptation et la satisfaction des attentes familiales. ● Votre sentiment de sécurité personnelle est aussi instable que l'est votre famille. Votre estime de soi est basée sur la réputation familiale. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Les scripts familiaux sont la source de vos attitudes et comportements. ● Votre critère de décision est ce qui est bon pour votre famille et ce que veulent les membres de celle-ci. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pour vous, le monde tourne autour de votre famille. Ce narcissisme familial ne vous donne accès qu'à une compréhension partielle de celui-ci. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vos actions sont limitées par les traditions et modèles familiaux.
<p>Si vous êtes... centré sur l'argent</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● votre valeur personnelle est déterminée par votre patrimoine. ● Vous êtes vulnérable à tout ce qui menace votre sécurité économique. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Le profit est votre critère de décision. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Faire de l'argent est la lentille à travers laquelle vous voyez et comprenez la vie, par conséquent, votre jugement n'est pas équilibré. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous êtes limité par ce que vous pouvez accomplir avec votre argent et à partir de votre vision limitée de la vie.

VOIR LA SUITE DU TABLEAU



CENTRE DE FOCALISATION	SÉCURITÉ	DIRECTION	SAGESSE	POUVOIR
Si vous êtes... centré sur le travail	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous avez tendance à vous définir par votre rôle professionnel. ● Vous ne vous sentez bien que lorsque vous travaillez. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous basez vos décisions sur les besoins et attentes de votre travail. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous êtes limité à votre rôle professionnel. ● Pour vous, votre travail, c'est toute votre vie. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vos actions sont limitées par les rôles modèles, les opportunités professionnelles, les contraintes professionnelles, l'opinion de votre patron, et l'éventuelle incapacité, à un moment de votre vie, de pouvoir continuer à faire ce travail.
Si vous êtes... centré sur la possession	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre sécurité est basée sur votre réputation, votre statut social, ou les biens que vous possédez. ● Vous avez tendance à comparer ce que vous possédez avec ce que les autres possèdent. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous basez vos décisions sur ce qui protégera, accroîtra ou mettra mieux en valeur vos possessions. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous voyez le monde en termes de relations économiques et sociales comparatives. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous fonctionnez dans les limites de ce que vous pouvez acheter et de la position sociale à laquelle vous pouvez accéder.
Si vous êtes... centré sur le plaisir	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous ne vous sentez en sécurité que lorsque vous ressentez un plaisir extrême. ● Votre sécurité est éphémère, anesthésiante et dépendante de votre environnement. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous basez vos décisions sur ce qui vous procurera le plus de plaisir. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pour vous, le monde n'a d'autre intérêt que le plaisir qu'il peut vous apporter. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre pouvoir est presque négligeable.

VOIR LA SUITE DU TABLEAU



CENTRE DE FOCALISATION	SÉCURITÉ	DIRECTION	SAGESSE	POUVOIR
Si vous êtes... centré sur l'ami	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre sécurité est fonction du miroir social. ● Vous dépendez fortement des opinions des autres. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre critère de décision est « que vont-ils penser ? » ● Vous vous sentez facilement embarrassé. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous voyez le monde à travers une lentille sociale. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous êtes limité par votre zone de confort social. ● Vos actions aussi inconstantes que l'opinion.
Si vous êtes centré... sur l'ennemi	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre sécurité est instable, basée sur les actions de votre ennemi. ● Vous vous demandez toujours ce qu'il prépare. ● Vous recherchez autojustification et validation auprès des personnes qui ont le même état d'esprit que vous. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous êtes guidé de manière contre-dépendante par les actions de votre ennemi. ● Vous basez vos décisions sur ce qui pourra contrarier votre ennemi. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre jugement est étriqué et déformé. ● Vous êtes sur la défensive, vous surréagissez et êtes souvent paranoïaque. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Le minuscule pouvoir que vous possédez provient de la colère, de l'envie, du ressentiment et de la vengeance – ce sont des sentiments négatifs qui dessèchent, détruisent et laissent peu d'énergie pour autre chose.
Si vous êtes... centré sur l'église	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre sécurité est basée sur votre activité au sein de l'église et sur l'estime en laquelle vous tient une autorité ou une personne 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous êtes guidé par la manière dont les autres évaluent vos actions dans le contexte des enseignements et attentes de votre église. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous voyez le monde en termes de « croyants » et « incroyants », « membres de l'église » et « non membres de l'église ». 	<ul style="list-style-type: none"> ● Le pouvoir perçu provient de votre position ou rôle au sein de votre église.

VOIR LA SUITE DU TABLEAU



	<p>influyente dans cette église.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Vous trouvez votre identité et votre sécurité dans les étiquettes et comparaisons religieuses. 			
<p>Si vous êtes... centré sur vous-même</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre sécurité change constamment. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vos critères de jugement sont : « ce qui est agréable pour moi », « ce que je veux », « ce dont j'ai besoin », « qu'est-ce que j'y gagne? » 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous voyez le monde sous l'angle de l'impact que décisions, événements et circonstances ont sur vous. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre capacité à agir est limitée à vos propres ressources, sans les bénéfices de l'interdépendance.
<p>Si vous êtes... centré sur les principes</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre sécurité est basée sur les principes corrects, qui ne changent jamais, quelles que soient les conditions ou circonstances extérieures. ● Vous savez que les principes vrais peuvent être validés à maintes reprises dans votre vie, à travers votre propre expérience. ● En tant qu'instrument de 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vous êtes guidé par un compas qui vous rend capable de voir où vous voulez aller et comment vous atteindrez votre destination. ● Vous utilisez des données exactes, qui rendent vos décisions à la fois réalisables et chargées de sens. ● Vous savez prendre du recul par rapport aux situations, 	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre jugement embrasse un large spectre de conséquences à long terme et reflète un sage équilibre et une assurance tranquille. ● Vous voyez les choses différemment et par conséquent vous pensez et agissez d'une manière différente de la 	<ul style="list-style-type: none"> ● Votre pouvoir n'est limité que par votre compréhension et votre observance des lois naturelles et des principes corrects, ainsi que par les conséquences naturelles de ces principes. ● Vous devenez un individu conscient de soi, compétent et proactif, qui n'est pratiquement pas entravé par les attitudes,

VOIR LA SUITE DU TABLEAU



	<p>mesure de l'amélioration de soi, les principes corrects fonctionnent avec précision, constance, beauté et force.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Les principes corrects vous aident à comprendre votre développement et vous confèrent la confiance nécessaire pour apprendre plus, et par là même accroître votre savoir et votre compréhension. ● Votre source de sécurité vous fournit un noyau immuable, inébranlable, à toute épreuve, qui vous rend capable d'envisager le changement comme une aventure exaltante et une occasion de faire des contributions significatives. 	<p>émotions et circonstances, et avez une vue d'ensemble équilibrée. Vos décisions et actions tiennent compte de considérations et implications à court et long terme.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Dans chaque situation, vous déterminez de manière consciente et proactive la meilleure option, en basant vos décisions sur la conscience morale soutenue par les principes. 	<p>plupart des autres personnes, qui sont réactives.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Vous voyez le monde à travers un paradigme fondamental pour mener une vie prévoyante et efficace. ● Vous voyez le monde en termes de ce que vous pouvez faire pour le monde et les gens. ● Vous adoptez un style de vie proactif, cherchant à servir et construire les autres. ● Vous interprétez les expériences de la vie en termes d'occasions d'apprendre des choses et de contribuer. 	<p>comportements et actions des autres.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Votre capacité à agir dépasse de loin vos propres ressources et favorise des niveaux très élevés d'interdépendance. ● Vos décisions et actions ne sont pas motivées par les circonstances et votre situation financière du moment. Vous ressentez une liberté interdépendante.
--	---	--	--	---

Tableaux n° 11

Domaine d'activité	Caractère	Contributions	Réalisations
Famille			
Amis			
Travail			
Église/ service communautaire, etc			

Tableau n° 12. La matrice de la gestion du temps

	Urgent	Non urgent
Important	I Activités : Crises Problèmes pressants Projets à date limite imminente	II Activités : Prévention, Activités CP Construction de relations Identification des nouvelles opportunités Planification, récréation
Non important	III Activités : Interruptions Certains appels, emails, rapports, réunions Tâches immédiates, pressantes Activités populaires	IV Priorités, à passer de la parole aux actes. Vous ne serez dépendant de rien ni de personne pour

Tableau n° 13

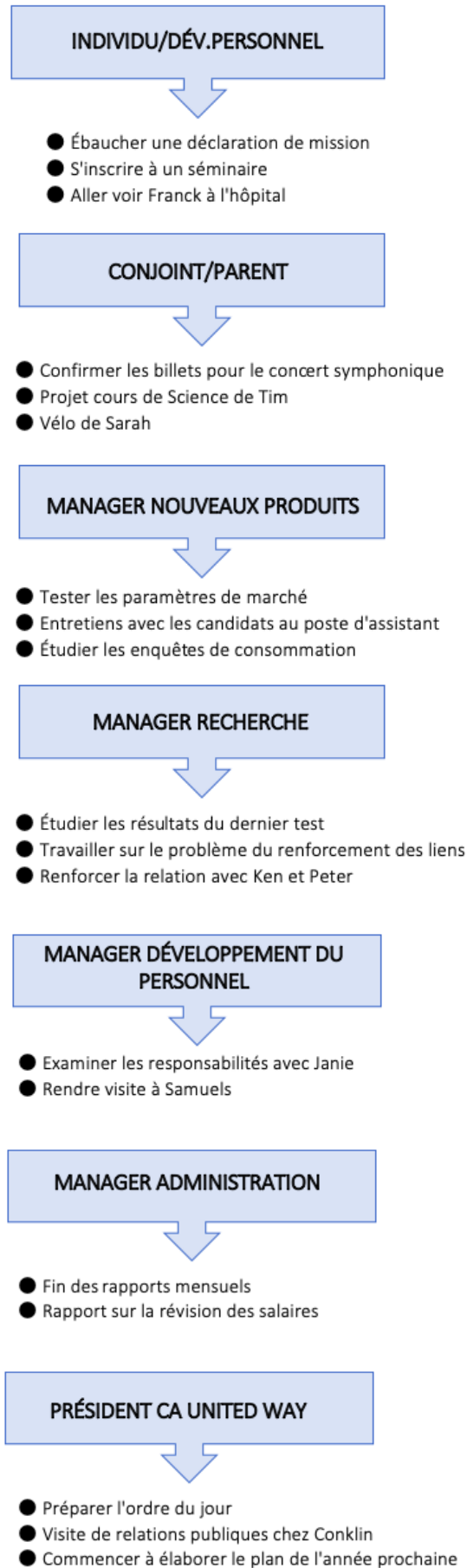


Tableau n° 14

Organisation à long terme



Organisation sur une base hebdomadaire

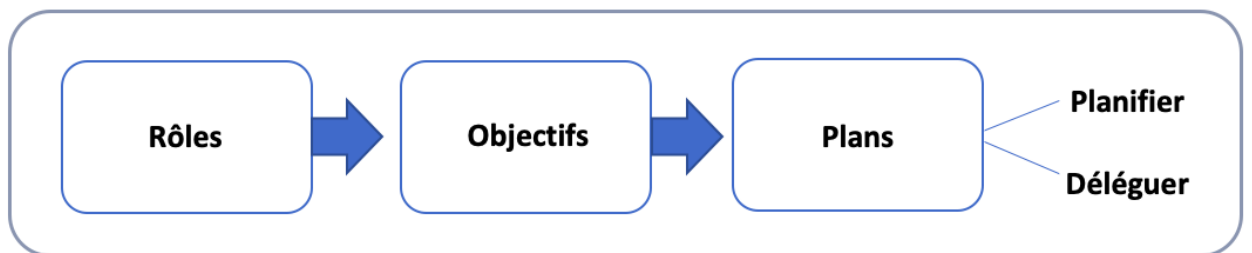


Tableau n° 15

LE PLANNING HEBDOMADAIRE™		SEMAINE DU :	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Rôles	Objectifs	Priorités de la semaine	Priorités du jour						
Individu/ Dév.personnel	-Ébaucher une déclaration de mission (1) -S'inscrire à un séminaire (2) -Aller voir Franck à l'hôpital (3)			16 Rapport sur la révision des salaires	2 Envoyer inscription séminaire	12 Ken Peter		14 Visit Samuels	
Conjoint/ Parent	-Confirmer les billets pour le concert symphonique (4) -Projet cours de Science de Tim (5) -Vélo de Sarah (6)								
Manager nouveaux produits	-Tester les paramètres de marché (7) -Entretiens avec les candidats au poste d'assistant (8) -Étudier les enquêtes de consommation (9)	Rendez-vous/Engagements							
			1 Temps privé Déclaration de mission				11 Problème renforcement des liens	10 Étude résultats test	4 Gestion maison Cours de Karla

VOIR LA SUITE DU TABLEAU



Manager recherche	-Étudier les résultats du dernier test (10) -Travailler sur le problème du renforcement des liens (11) -Renforcer la relation avec Ken et Peter (12)			8 Entretiens poste assistant				18 Conklin	
						7 Tester paramètres marché	13 Examen performance Janie	15 Rapport de fin de mois	
Manager développement du personnel	-Examiner les responsabilités avec Janie (13) -Rendre visite à Samuels (14)			3 Franck hôpital	9 Étude des enquêtes de consom.				
Manager administration	-Fin des rapports mensuels (15) -Rapport sur la révision des salaires (16)						17 Ordre du jour United Way		
Président ca united way	-Préparer l'ordre du jour (17) -Visite de relations publiques chez Conklin (18) -Commencer à élaborer le plan de l'année prochaine (19)			7 Vélo de Sarah					
					5 Projet de Tim		19 Plan année prochaine		
Affûter la scie			Soir	Soir	Soir	Soir	Soir	Soir	Soir
Physique									7h Théâtre - Browns
Intellectuelle									
Spirituelle									
Sociale/Émotionnelle									

Tableau n° 16

	Urgent	Non urgent
Important	I Le procrastinateur : - crises - réunions d'urgence - délais urgents - problèmes pressants - événements imprévus	II Le prioriseur : - travail proactif - objets à haut impact - pensée créative - planification et prévention - construction des relations - apprentissage et renouvellement
Non important	III Le béni-oui-oui : - interruptions inutiles - rapports non nécessaires - réunions non pertinentes - problèmes mineurs d'autres personnes - e-mails, tâches, appels téléphoniques, messages de statut, etc. non importants	IV Le tire-au-flanc : - travail trivial - activités d'évitement - excès de détente, télévision, jeux vidéo, Internet - pertes de temps - rumeurs

Tableau n° 17. Là où nous dépensons notre temps

	Urgent	Non urgent
Important	I 27,6%	II 30,8%
Non important	III 23,6%	IV 17,9%

Diagramme n° 18

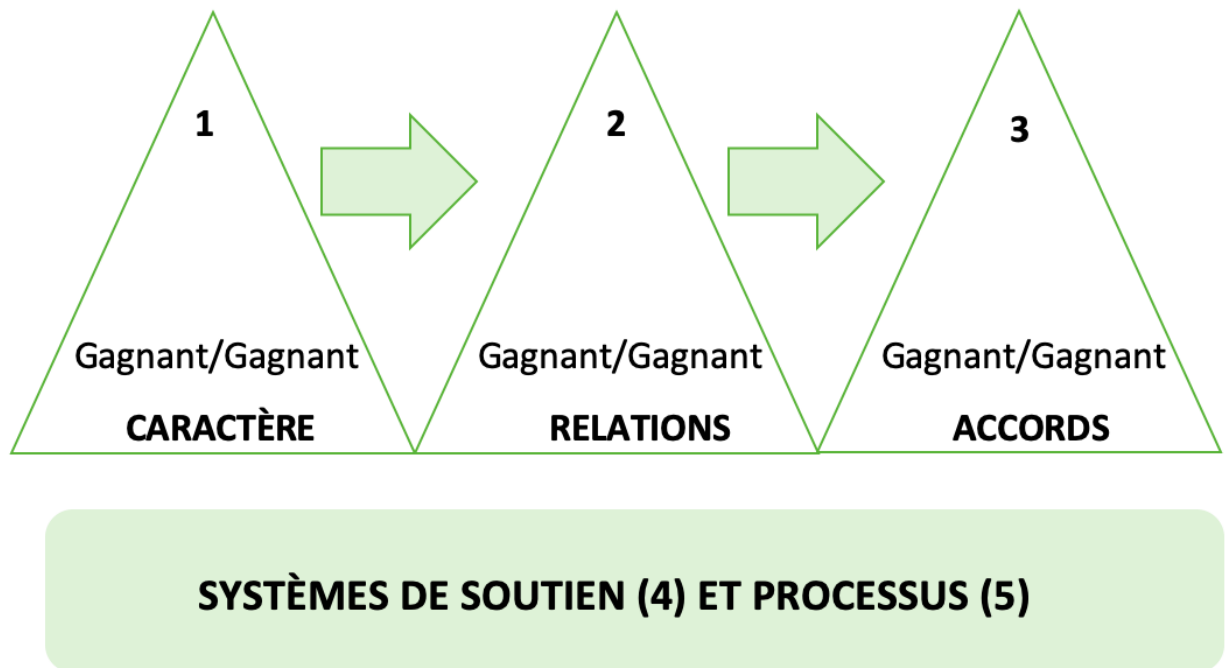


Image n° 19

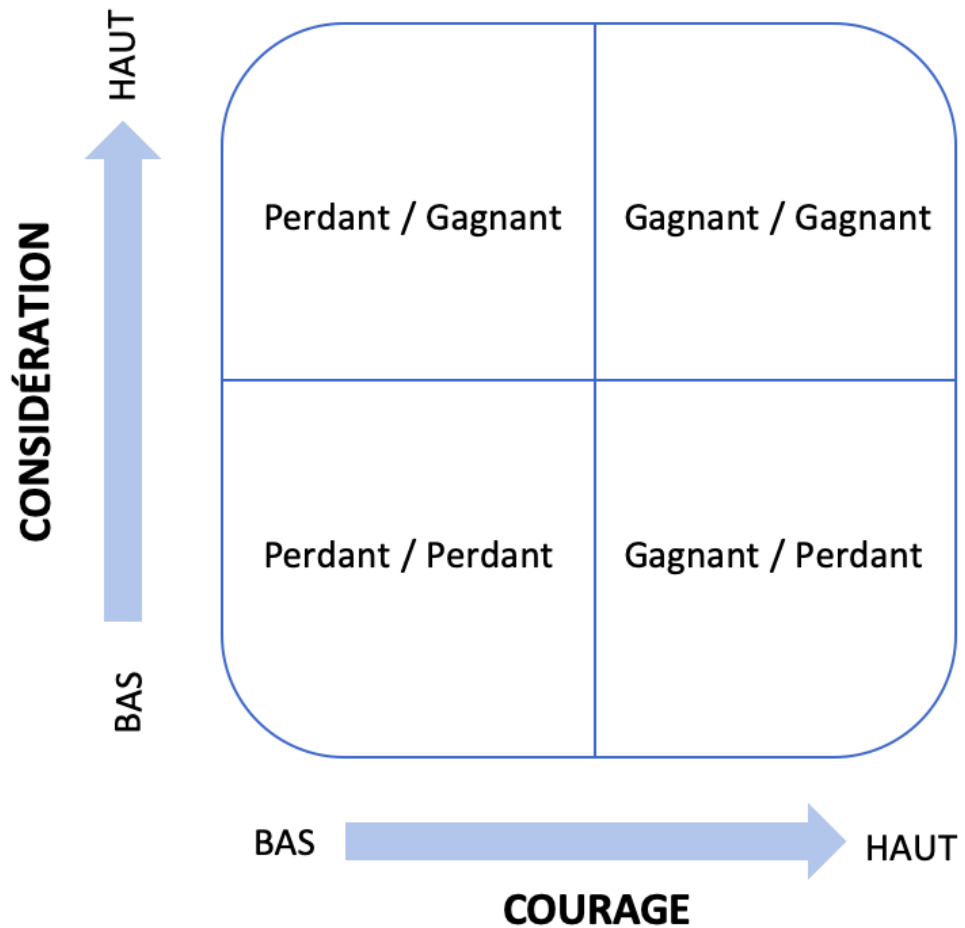


Diagramme n° 20. Niveaux de communication

