

STEPHEN R. COVEYS

**DIE 7 WEGE
ZUR EFFEKTIVITÄT
FÜR UNTERWEGS**

**Zeitlose Prinzipien
für eine Welt im Wandel**

VON SEAN COVEY

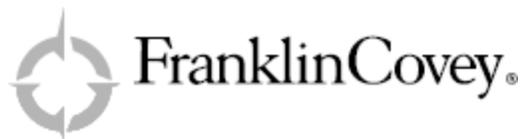
GABAL

STEPHEN R. COVEYS

DIE 7 WEGE ZUR EFFEKTIVITÄT FÜR UNTERWEGS«

**Zeitlose Prinzipien
für eine Welt im Wandel**

Von Sean Covey



Die amerikanische Originalausgabe »The 7 Habits on the Go – Timeless Wisdom for a Rapidly Changing World. Inspired by the Wisdom of Stephen R. Covey« erschien 2020 bei Mango Media, Inc., Coral Gables/Florida, USA.

Copyright © FranklinCovey Ltd.

FranklinCovey and the FC logo and trademarks are trademarks of FranklinCovey Co. and their use is by permission.

This translation published by arrangement with Mango Publishing.

© 2021 GABAL Verlag GmbH, Offenbach

Das E-Book basiert auf dem 2021 erschienenen Buchtitel »Stephen R. Coveys Die 7 Wege zur Effektivität für unterwegs« von Stephen R. Covey

©2021 GABAL Verlag GmbH, Offenbach.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Informationen sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN Buchausgabe: 978-3-96739-068-1

ISBN epub: 978-3-96740-111-0

Übersetzung und Redaktion: Claudia Franz, Oberstaufen | info@text-it.org

Umschlaggestaltung: Martin Zech Design, Bremen | www.martinzech.de

Titelgrafik: Shutterstock

Autorenfoto: FranklinCovey Co.

Satz und Layout: Das Herstellungsbüro, Hamburg | www.buchherstellungsbuero.de

Copyright © 2021 GABAL Verlag GmbH, Offenbach

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags.

www.gabal-verlag.de

www.gabal-magazin.de

www.facebook.com/Gabalbuecher

www.twitter.com/gabalbuecher

www.instagram.com/gabalbuecher

»Menschen können nicht mit Veränderungen leben, wenn es keinen unveränderlichen Kern in ihnen gibt. Der Schlüssel zur Veränderung ist ein sicheres Gefühl dafür, wer du bist, worum es dir geht und was du schätzt.«

Stephen R. Covey

Inhalt

Ihre Reise zur Effektivität



GRUNDLAGEN DER EFFEKTIVITÄT

Rücken Sie Ihre Effektivität in den Fokus
Setzen Sie beim Charakter an
Prüfen Sie Ihre Paradigmen



1. WEG: PRO-AKTIV SEIN

Drücken Sie den »Pausenknopf«
Werden Sie zur »Veränderungsperson«
Streichen Sie re-aktive Vokabeln
Nutzen Sie pro-aktive Formulierungen
Minimieren Sie Ihren Interessenbereich
Vergrößern Sie Ihren Einflussbereich
Gestalten Sie Ihren Tag pro-aktiv



2. WEG: SCHON AM ANFANG DAS ENDE IM

SINN HABEN

Legen Sie Ziele fest, ehe Sie handeln

Feiern Sie Ihren 80. Geburtstag

Überarbeiten Sie Ihr Leitbild

Tun Sie etwas für Ihre Beziehungen

Teilen Sie Ihr Leitbild

Bringen Sie Ihr Leben in Balance



3. WEG: DAS WICHTIGSTE ZUERST TUN

Setzen Sie sich effektive Ziele

Nutzen Sie Ihre Zeit effektiv

Achten Sie auf Quadrant I

Konzentrieren Sie sich auf Quadrant II

Planen Sie Ihre Woche

Bleiben Sie sich selbst treu

Streichen Sie das Unwichtige

Halten Sie Versprechen



VOM »PRIVATEN ERFOLG« ZUM

»ÖFFENTLICHEN ERFOLG«

Füllen Sie Ihr Beziehungskonto

Entschuldigen Sie sich

Verzeihen Sie anderen



4. WEG: WIN-WIN-DENKEN

Machen Sie alle zu Gewinnern

Vergessen Sie die Mangel-Mentalität

Entwickeln Sie eine Überfluss-Mentalität

Zeigen Sie Mut und Rücksicht

Setzen Sie auf Gewinn-Gewinn

Schenken Sie anderen Anerkennung



5. WEG: ERST VERSTEHEN, DANN

VERSTANDEN WERDEN

Hören Sie einführend zu

Öffnen Sie Ihr Herz

**Vergessen Sie Ihre eigene Geschichte
Helfen Sie anderen, Sie zu verstehen
Bringen Sie Empathie in die digitale Welt**



6. WEG: SYNERGIEN SCHAFFEN

**Lernen Sie aus Unterschieden
Fragen Sie andere um Rat
Finden Sie 3. Alternativen
Schätzen Sie Unterschiede
Seien Sie offen und neugierig
Reißen Sie Barrieren ein
Nutzen Sie die Stärken anderer**



7. WEG: DIE SÄGE SCHÄRFEN

**Erringen Sie Ihren »privaten Erfolg«
Tun Sie etwas für Ihre Fitness
Kümmern Sie sich um Ihre Spiritualität
Schärfen Sie Ihren Verstand
Erfreuen Sie Ihr Herz
Nehmen Sie sich Zeit für sich selbst**

Halten Sie die Technik im Zaum

BONUSMATERIAL

Leitbild-Navigator

Wie soll Ihr Lebenswerk aussehen?

Fragebogen zu Ihrem Leitbild

Inspiration und Motivation

Affirmationen für unterwegs

7 schnelle Take-aways

Stephen R. Covey

Ihre Reise zur Effektivität

Herzlich willkommen bei den *7 Wegen für unterwegs!* Ich lade Sie ein, Ihre Komfortzone zu verlassen, Ihre Paradigmen zu überdenken, Ihre Beziehungen zu verbessern und ganz generell ein effektiverer Mensch zu werden. Ob eine Woche, ein Monat oder ein Jahr: Nehmen Sie sich die Zeit, die Sie für Ihre spannende Reise zur Effektivität brauchen!

Vielleicht denken Sie jetzt: »Okay, Sean! Ich habe gerade so viel zu tun. Wie soll ich da noch Zeit für die 7 Wege finden?« Genau deshalb haben wir dieses kleine Büchlein gemacht. Es ist für zwischendurch, einfach, schnell – und sehr effektiv! Nehmen Sie sich jeden Tag ein paar Minuten, um einen Abschnitt zu lesen. Denken Sie über die Fragen und Anregungen nach – und dann packen Sie es an. Erhöhen Sie Ihre Effektivität. Es geht nicht darum, über Nacht ein völlig neuer Mensch zu werden. Das Geheimnis, um voranzukommen und sich weiterzuentwickeln, liegt in den kleinen Schritten. Investieren Sie jeden Tag einige Minuten, um besser zu sein als gestern. Dann werden Sie Ihre Ziele erreichen!

Dieses Buch ist eine Kurzfassung des Weltbestsellers *Die 7 Wege zur Effektivität*, der von meinem Vater geschrieben wurde. Aber die einzelnen Lektionen haben es in sich. Jede Lektion vermittelt Ihnen ein *Schlüsselprinzip der Effektivität*, regt Sie zum Nachdenken an und hält eine Aufgabe für Sie parat. Zudem gibt es ein Zitat, das Sie inspirieren und motivieren soll.

Sind Sie der Typ Leser, der sich zuerst die Kapitel vornimmt, die ihn spontan am meisten ansprechen? Das ist auch okay. *Machen Sie es auf Ihre Art.* Beschäftigen Sie sich mit diesem Buch, während Sie mit der Bahn fahren, sich eine kleine Auszeit im Park gönnen oder im Restaurant aufs Essen warten. Tun Sie es einfach. Sie werden froh sein!

Lassen Sie sich auf die Reise zu mehr Effektivität ein. Und bitte denken Sie unterwegs immer daran: *Es sind die kleinen Dinge, aus denen die großen Erfolge entstehen!*

Alles Gute auf Ihrer Reise zur Effektivität!

Ihr **SEAN COVEY**

Autor von *Die 7 Wege zur Effektivität für Jugendliche*

DIE 7 WEGE FÜR UNTERWEGS:

Grundlagen der Effektivität

Rücken Sie Ihre Effektivität in den Fokus

- Notieren Sie einige Dinge, die Sie gerne ändern würden, um effektiver zu werden. Halten Sie Ihre Liste griffbereit, während Sie sich mit den Fragen und Aufgaben in diesem Buch befassen.

Fragen Sie sich:

Was ist das Wichtigste für mich im Beruf und im Privatleben?

Wenn Sie Ihren Fokus verändern, verändern sich automatisch auch Ihre Ergebnisse. Rücken Sie das ins Scheinwerferlicht, was in Ihrem Leben wirklich wichtig ist. Was sind die nächsten Schritte, um hier positive Veränderungen anzustoßen? Schreiben Sie es gleich auf!



»Selbst wenn Sie nur einen der 7 Wege umsetzen, werden Sie sofort Ergebnisse sehen. Aber es ist ein nie endendes Abenteuer, das Ihnen ein Leben voller Verheißungen verspricht!«

Stephen R. Covey

Setzen Sie beim Charakter an

- Denken Sie an eine Person mit einem vorbildlichen Charakter.
- An welchen Prinzipien richtet diese Person ihr Leben aus?
- Welche dieser Prinzipien würden Sie gerne übernehmen?
- Tun Sie heute etwas, das diesen Prinzipien entspricht.

Fragen Sie sich:

Habe ich mich auf schnelle Ergebnisse konzentriert und dabei meinen Charakter vernachlässigt?

Ihre Persönlichkeit ist wie die Krone eines Baums. Natürlich können Ihr Auftreten, Ihre Gesprächstechniken oder Ihre kommunikativen Fähigkeiten sich auf Ihren Erfolg auswirken. Doch die wahre Quelle für dauerhafte Effektivität liegt in den Wurzeln - in Ihrem Charakter.



»Menschen, die auf ihren Charakter achten, haben starke, tiefe Wurzeln. Sie halten den Stürmen des Lebens stand. Was auch kommt: Sie wachsen und entwickeln sich weiter.«

Stephen R. Covey