

Les 7 habitudes de ceux qui réalisent tout ce qu'ils entreprennent

de Stephen R. Covey

Pourquoi certains réussissent ce qu'ils font alors que d'autres enchaînent les déceptions ? Stephen R. Covey, expert mondial en management et leadership répond à cette question dans son livre Les 7 habitudes de ceux qui réalisent tout ce qu'ils entreprennent. La réussite, tout comme l'échec, ne se fait pas en 1 jour, mais est le résultat de petites actions quotidiennes. Alors quelles sont les habitudes des gens qui réussissent dans leur vie personnelle et professionnelle ? Comment toi aussi adopter ces habitudes et avoir une vie plus réussie et plus épanouie? C'est ce que tu découvriras dans cette synthèse du livre.

Pour changer ta vie: pense différemment

Le succès est généralement associé à la personnalité, basé sur des stratégies et souvent des faux-semblants justes pour obtenir des autres quelque chose. Pour avoir une réussite durable, il est nécessaire d'écarter cette idée, tout simplement car tôt ou tard notre véritable caractère resurgira.

Nous percevons le monde à travers notre vécu ainsi que notre caractère. Pour changer n'importe quelle situation de notre quotidien, il est nécessaire de changer notre vision du monde, c'est-à-dire de paradigme. Cela implique de trouver d'abord le changement en nous-mêmes. Pour que les choses évoluent favorablement, il est primordial de construire nos pensées sur des principes universels et durables, tels que la paix, l'intégrité, la solidarité, l'humilité, la

patience, la **justice** et la **fidélité**. *Stephen Covey* appelle cela l'**éthique du caractère**. C'est cet **état d'esprit** qui est synonyme de **réussite profonde** et qui **dure dans le temps**.

La clé de ta réussite c'est toi !

Ta **réussite** est déterminée par ton **caractère**, qui lui-même est déterminé par tes **habitudes**. Prendre **conscience** de tes habitudes est crucial pour pouvoir les **ajuster** en **habitudes gagnantes**. Envisager la réussite autrement est donc la **clé** de ton **succès**. Cela passe par un **changement de l'intérieur vers l'extérieur**. Autrement dit, partir de la **victoire intérieure** pour aller vers la **victoire publique**.

Changer passe par 3 étapes

Nous avons tous **besoin**, à un moment donné **des autres** pour nous en sortir, sur le plan **physique**, **intellectuel** et **affectif**. Il s'agit de la **dépendance** et c'est la **première étape** du changement. **Il est important d'en sortir car pour réussir il est impératif de prendre sa vie en main**. La **deuxième étape** du changement c'est d'être **capable de changer ses pensées**, ses **idées reçues**, de prendre ses propres **décisions** et de **passer à l'action**, c'est l'**indépendance**. Enfin, la **troisième phase**, l'**interdépendance**, c'est l'**association** de plusieurs **personnes indépendantes** qui **amplifient leur succès** en travaillant **ensemble**.

Les 7 habitudes de ceux qui réalisent tout ce qu'ils entreprennent t'aideront à réaliser ces 3 étapes.

Habitude n°1: fais tes propres choix

Nous avons tous 2 cercles. Un **cercle d'influence**, composé de ce que l'on **peut changer**, comme nos **pensées**, nos **réactions**, notre **comportement**. Et le **cercle des préoccupations** qui détermine tout ce qui est **extérieur à nous** et sur quoi **on a peu voir pas du tout de contrôle**. L'**éducation** ainsi que la façon dont **te perçoit ton entourage** déterminent la **personne que tu penses être**. En réalité, **tu as la liberté de choisir qui tu veux être !**

De ce **miroir social** découlent 2 tendances. La **proactivité**, c'est la **première habitude des gens qui réussissent**. Les personnes proactives **se concentrent sur ce qu'elles peuvent changer** c'est-à-dire ce qui relève de leur cercle d'influence. Cette posture favorise un **état d'esprit positif** qui les conduit à **prendre des décisions** qui vont **agrandir leur pouvoir d'action** et ainsi **diminuer** leur cercle des **préoccupations**. Elles **trouvent le changement en elle-même** pour **mieux vivre** les situations qu'elles rencontrent.

À l'inverse les **personnes réactives** se laissent **submerger** par leur **environnement extérieur** tel que la mauvaise **humeur** d'une personne, le mauvais **temps**, la **réaction** des autres. Elles **dépendent ainsi de quelque chose qu'elles ne peuvent pas contrôler**. Cette **énergie négative agrandit** leur cercle des **préoccupations réduisant** ainsi leur cercle d'**influence qu'elle ne pense pas pouvoir contrôler**.

Habitude n°2 : Sache où tu veux aller

Tout **projet a 2 naissances**, la **première** a lieu dans ton **esprit** par la **pensée** et la **deuxième** a lieu dans le monde **physique**. C'est pour ça que l'on doit **avoir d'abord en tête le but que l'on souhaite atteindre**. Demande-toi: **qu'est-ce que je veux réussir vraiment ?** Te poser cette question te permettra d'**agir**

différemment et surtout de **ne pas aller dans le sens inverse** de ce que tu souhaites réaliser. Car sinon, **quel intérêt de mener des actions quotidiennes si leur réalisation ne te conduit pas vers ce qui est important pour toi ?**

Te donner un **but dans la vie**, te conduira à un plus grand **épanouissement** et augmentera ta **confiance en soi**. **Diriger sa vie sur l'argent** par exemple est une **solution limitée**, car l'argent ne peut **pas tout remplacer**. Il en est de même si tu axes ta vie sur une **personne**. La **dépendance affective** qui en découlera ne fera que **fragiliser** votre relation au moindre **désaccord**. **Trouver une mission** de vie basée sur tes **principes** et tes **valeurs**, te donnera **sagesse** et **motivation** pour accéder à la réussite.

Habitude n°3: donne la priorité à tes priorités !

Gère ta vie et ton **temps** de manière **efficace** grâce à ta **volonté**. Bien souvent, on pense gérer correctement notre temps en s'occupant d'abord des **tâches urgentes** et cela **en oubliant que d'autres activités non urgentes sont tout aussi importantes**. C'est en prenant **conscience** de ce qui est important pour toi que tu pourras donner la **priorité** à ce qui t'aidera à **atteindre ton but**. Organise-toi à l'aide d'un **planning** d'activité sur la **semaine**. Définis tes **différents rôles** et attribues-y des **objectifs**. Tu **gagnes** ainsi du temps et **optimises ta productivité**.

Les 3 habitudes qui vont suivre te conduiront à **l'interdépendance**, le **summum de la réussite !**

Développe ton caractère grâce au compte affectif

On a tous un compte **émotionnel** auprès de **chaque personne** que l'on côtoie. Il est **créditeur** lorsqu'on est **bon** envers une personne. On le **débite** par les **mauvaises** choses telles que la **malhonnêteté** ou le **mensonge** et on le crédite par les **bonnes choses** comme le fait d'être **reconnaisant**. Le compte devient débiteur quand on fait **plus de retrait que d'émotions**. Engager une **discussion positive** dans cette situation devient alors compliqué.

Afin d'avoir de **meilleures relations** avec ton entourage, Stephen Covey propose **6 solutions** pour créditer tes comptes affectifs:

- **comprendre l'autre**, c'est certainement la solution qui alimente le plus ton compte affectif
- les **petites attentions**
- **tenir tes promesses**
- **exprimer clairement tes attentes**
- **faire preuve d'intégrité**
- **s'excuser lorsque tu fais une erreur**

Habitude n°4 : l'entraide et le partage

Les **relations humaines** basées sur la **compétition** et le **rapport de forces** ne conduisent **pas** à une **réussite durable**. C'est le cas du système **perdant/gagnant** où l'on choisit de perdre **juste pour faire plaisir** à l'autre. Du système **gagnant/perdant**, où l'on croit que pour **réussir**, l'autre doit forcément perdre et du système **perdant/perdant**, où si l'un doit perdre il fera tout son possible pour que l'autre perde aussi.

La **quatrième habitude** de ceux qui réalisent tout ce qu'ils entreprennent est d'**aborder leurs relations en mode gagnant /gagnant** où **chacun gagne** quelque

chose. Penser **victoire commune** nécessite cependant **confiance** et **compréhension mutuelle**. Et c'est justement grâce à ton **caractère** que tu y parviendras, en agissant en fonction de tes **valeurs** et en **exprimant tes intentions** tout en acceptant l'autre **comme il est**. Il y a **assez de bien** pour tout le monde et **chacun mérite sa part de bonheur** et de réussite, **tout comme toi**.

Habitude n°5: cherche d'abord à comprendre, ensuite à être compris

Très souvent, nous **comprenons** l'autre à travers notre propre **vécu**, nos **expériences** et **convictions**. On le **juge** alors et **passé à côté** de la véritable problématique. Écouter réellement quelqu'un c'est **écouter pour le comprendre** et non pour répondre. Cela nécessite de **se mettre sincèrement à sa place**, de voir les choses de son **point de vue** et de faire preuve d'**empathie**. C'est ainsi que tu pourras **agir sur des éléments extérieurs** qui te préoccupent. Ce mode de communication te permettra de prendre conscience et d'accepter les différences de chacun afin de pouvoir **avancer ensemble**.

Habitude n°6: fais de la synergie ton meilleur allié !

On pourrait illustrer le **principe de synergie** avec cette équation:

L'idée d'une personne + l'idée d'une autre personne = 3 idées

Dont une que **personne n'aurait trouvées seul** et qui se trouvera **bien meilleur**. La synergie le fait de développer des **idées** toujours plus **grandes**, grâce à l'échange entre **plusieurs personnes** qui travaillent ensemble. **Communication** et **confiance** sont les **clés** pour **profiter** de la **synergie**. La **différence** est une **force** car elle apportera une **diversité de solutions**.

Il est indispensable de prendre conscience que **notre point de vue n'est pas la seule possibilité et surtout qu'il n'est pas forcément le bon**. En apprenant au **contact** des autres, tu découvriras qu'il existe une **multitude de façons d'envisager les choses**. Enfin, la synergie te permettra de progresser et de stimuler ton **ouverture d'esprit**.

Habitude n°7: développe tes facultés continuellement

Les **gens qui réussissent** renouvellent **continuellement** leurs **facultés personnelles**. Prendre le temps d'affûter tes facultés te permettra de **gagner un temps précieux** et d'accélérer ta **réussite**. **Stephen Covey** mentionne **4 aspects de notre être** qu'il est **important** d'entretenir:

1. L'aspect **physique**, l'entretenir par le sport t'apportera non seulement **énergie** mais, aussi **confiance en toi** pour avancer vers le **succès**.
2. L'aspect **spirituel**, pour te ressourcer, la **méditation**, la **prière** ou la **lecture** sont d'excellent moyen pour trouver la **paix intérieure**. Cela te permettra ainsi de

mieux te concentrer sur ce qui est important pour toi et de trouver ta **mission de vie**.

3. Maintien tes **facultés mentales** grâce à un **effort intellectuel** constant. Il est important d'**étudier tout au long de notre vie**. Les personnes qui réussissent **continuent d'apprendre même après la fin de leurs études**. Cela permet d'entretenir l'**esprit d'analyse**. La **lecture** et l'**écriture** sont d'**excellent** moyen d'y parvenir.

4. L'aspect **socio-émotionnel** qui ne peut se développer qu'avec le **contact de l'autre**. Rendre service à travers tes **relations interdépendantes** te fera gagner en **sérénité** et en **confiance**.

Pour appliquer les **7 habitudes de ceux qui réussissent**, travaille ces 4 aspects de façon **équilibrée** car ils **interagissent** l'un sur l'autre.

J'aimerais terminer par une **citation** extraite du **livre** et qui **résume très bien** le **message** de l'auteur:

Les plus grandes batailles de la vie sont celles que nous livrons chaque jour dans l'antichambre de notre âme. Lorsque vous gagnez ces batailles intérieures, vous ressentez une immense paix, le sentiment de savoir où vous êtes. Vous constaterez que les victoires publiques suivront ensuite d'elles-mêmes - Stephen Covey

Pour acheter le livre sur amazon: [clique ici](#)