Escuela normal de educación preescolar

Licenciatura en educación preescolar

Ciclo escolar 2021-2022

|  |
| --- |
| Hábitos de personas altamente eficientes  Curso: Tutoría  Docente: Irma Edith Vargas Rodríguez  Alumna: María Ximena Avalos Flores  Grado y sección: 2 A  Saltillo, Coahuila Septiembre 2021 |

Hábitos de personas altamente eficientes

Hay algunos hábitos que podemos tomar para mejorar, los hábitos son los siguientes:

* Ser **proactivo**, esto se refiere a ser personas responsables de nuestra propia vida, es decir asumir la responsabilidad de las conductas que tenemos y pensar siempre muy bien antes de actuar y no dejarse llevar por impulsos.
* El siguiente habito es **comenzar con un fin en mente,** este habito se basa en saber siempre que es lo que queremos lograr y tenerlo siempre en mente, tener en mente que las cosas primero se plantean y después se realizan.

Este hábito es conseguir lo adecuado lo cual se basa en principios que no cambian ni tienen un límite de tiempo.

* **Poner primero lo primero** es el tercer habito, nos dice que para lograr este habito se debe de aprender a administrar el tiempo, saber identificar lo que es realmente importante, lo que es importante pero no urgente, lo urgente pero no importante y lo no urgente ni importante.
* El hábito numero 4 es **pensar ganar/ganar** lo cual quiere decir que busquemos hacer tratos en el que las dos partes salgan beneficiadas.

Ganar/ganar implica 5 elementos que son: el carácter, las relaciones, acuerdos, sistema y proceso.

* El habito numero 5 es **buscar primero entender, luego ser entendido**. Este habito se basa en buscar ser personas las cuales busquen entender cuando escuchan a una persona y no solo escucharlas para contestar, es decir escuchar a los demás siempre con empatía.
* El sexto habito es ser **sinérgico.** Este hábito implicala cooperación creativa y el trabajo en equipo. Este es un método que sirve para resolver problemas basados en recursos humanos.
* Por último, está el hábito de Afilar la sierra es el habito de autorrenovación lo que se refiere a mantener los hábitos que se mencionan anteriormente.