**ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR**

**Licenciatura en Educación preescolar**

**Ciclo escolar 2020 – 2021**

**Tutoría.**

**Nombre de la alumna: Natalia Guevara García**

**Número de lista: 9 Grupo: 2 A**

**Nombre del trabajo: Resumen.**

**Nombre del docente: Irma Edith Vargas Rodríguez.**

**Fecha: 7 de septiembre de 2021**

7 **hábitos de las personas**

**7 hábitos de las personas**

Altamente eficientes

Para ser una persona altamente eficiente, nos dan a entender que debemos de tener hábitos que nos ayuden a lograrlo, pero con hábitos que nos ayuden a mejorar, no seguir en la misma rutina que no nos ayuda a mejorar, sino, cambiar para nuestro beneficio si cambias tú, cambia tu entorno. Para esto, existen 7 hábitos que nos ayudarán a ser mejores personas y altamente eficaces. Pero antes, nos explican qué es hábito y nos dice que está en la intersección de tres componentes que se solapan: el Conocimiento, las Habilidades y el
Deseo (o actitud). El Conocimiento le indica qué hacer y por qué. Las Habilidades le enseñan cómo hacer las cosas. El Deseo es la motivación, sus ganas de hacerlas.

Ya que sabemos lo que es un hábito, debemos de ir con los pasos, el primero es “ser proactivo”, esto se refiere a tener una propia responsabilidad de la vida, tener buena respuesta ante estímulos, autoconciencia, imaginación, voluntad, etc. También, hace referencia al saber reconocer nuestros errores, no culpar a otros por lo que nos pasa y saber que cada acción que nosotros hagamos tiene una reacción.

Hábito 2 “Comience con un fin en mente”

Se trata del liderazgo personal. El liderazgo debe venir primero. El liderazgo implica
concentrarse en la pregunta “¿qué quiero lograr?”, a diferencia de la gerencia que se basa en “¿cuál es la mejor forma de lograr lo que quiero?”. El hábito 2 cubre el “qué quiero lograr” (liderazgo), y el 3 el “cuál es la mejor forma” (gerencia).

Hábito 3 “Poner primero lo primero”

Nos habla del manejo del tiempo, ya que, para tener un buen hábito, debemos de tener una buena rutina, organizar nuestras tareas, trabajos y tiempo con todo a nuestro alrededor. También realizar una lista de prioridades, cuáles son las más urgentes y necesarias, hasta cuales pueden esperar y no son importantes, esas, se dejarán hasta el final, sin embargo, realizarlas todas a su tiempo y forma.

Hábito 4 “Piense ganar/ganar”.

El hábito 4 implica que ambas partes en cualquier acuerdo deben salir beneficiadas. Está basado en el paradigma según el cual la victoria de una persona no necesariamente ocurre a expensas de la derrota de otra. La alternativa a ganar/ganar es perder/perder. Si uno gana y otro pierde, ninguno de los dos obtiene la confianza y lealtad del otro a largo plazo. Es decir, usted puede ganar haciendo a la otra parte perder, pero eso afectará la próxima negociación. Si no puede alcanzar un trato ganar/ganar, es preferible no hacer trato.

Hábito 5 “Busque primero entender, luego ser entendido”

Lo que yo entiendo, es que tiene mucha relación al punto anterior, ya que trata de la comunicación afectiva. Habla sobre la empatía, entender a las otras personas y que los demás nos entiendan. “Al escuchar con empatía, usted estará llenando esa necesidad (según Covey, le está dando “aire psicológico”). Una vez que la persona tenga sus necesidades básicas cubiertas, baja sus defensas, y puede entonces influenciarlo y trabajar juntos en una solución ganar/ganar.”

Hábito 6 “Sinergice”.

Es un conjunto de todo. El hábito de sinergizar implica entonces la
cooperación creativa y el trabajo en equipo: las personas con mentalidad ganar/ganar, y que escuchen con empatía, pueden aprovechar sus diferencias para generar opciones que no existían previamente. Reunir varias perspectivas distintas, en el espíritu de respeto mutuo, trae como resultado la sinergia.

Hábito 7 “Afilar la sierra”

Es el hábito de la auto-renovación, el mantenimiento básico necesario para mantener los hábitos restantes
funcionando adecuadamente. La efectividad, como se mencionó anteriormente, se logra cuando se puede mantener el equilibrio entre la producción (P) y la capacidad de producción (CP). Se debe de trabajar en uno mismo, en la dimensión física, espiritual, mental, socioemocional, y así en conjunto, deben de seguir realizándose todos los días para ser una persona efectiva.