

Стивен Р. Кови

7
НАВЫКОВ
ВЫСОКОЭФФЕКТИВНЫХ
ЛЮДЕЙ

Мощные инструменты
развития личности

БУКЛЕТ-ПРИЛОЖЕНИЕ
К АУДИОКНИГЕ

СОДЕРЖАНИЕ

ДИСК 1

Предисловие к русскому изданию
Благодарности
Предисловие

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. ПАРАДИГМЫ И ПРИНЦИПЫ

Изнутри наружу

Этика личности и этика характера
Первичное и вторичное
Сила парадигмы
Сдвиг парадигмы и его сила
Бытие и видение
Парадигма, основанная на принципах
Принципы роста и изменения
Наше видение проблемы и есть проблема
Новый уровень мышления

Семь навыков:

общее представление

Определение «навыка»
Постоянное совершенствование
Определение эффективности
Три типа ресурсов
Ресурсы и средства организации
Как пользоваться этой аудиокнигой
Чего вам следует ожидать

ЧАСТЬ ВТОРАЯ. ЛИЧНАЯ ПОБЕДА

Навык 1. Будьте проактивны

Принципы персонального видения

Социальное зеркало
Между раздражителем и реакцией

Определение «проактивности»
Проявление инициативы
Действовать или быть объектом воздействия?
Вслушивайтесь в свою речь
Круг забот / круг влияния
Прямой контроль, косвенный контроль, отсутствие контроля
Расширяя круг влияния
Иметь и быть
Другой конец палки
Брать и выполнять обязательства
Проактивность: тридцатидневный тест
Практические задания:

Навык 2. Начинайте, представляя конечную цель

Принципы персонального лидерства

Что означает «начинайте, представляя конечную цель»
Все создается дважды
По плану или по умолчанию?
Лидерство и управление: два творения
Переписывание сценария: как стать первым творцом самого себя
Положения личной миссии
Что находится в самом центре
Альтернативные центры
Определение собственного центра
Центр, основанный на принципах

Написание и реализация положений личной миссии
Используйте оба полушария мозга
Два способа включения правого полушария
Определение ролей и целей
Миссия семьи
Миссия организации
Практические задания:

Навык 3. Сначала сделайте то, что необходимо сделать сначала

Принципы персонального управления
Сила независимой воли

Четыре уровня управления временем
Квадрат II
Что нам стоит сказать «нет»
Перемещение в квадрат II
Инструмент квадрата II
Самоуправление в квадрате II
Жизнь по программе
Преимущества четвертого уровня
Увеличение р/рс путем делегирования
Делегирование исполнения
Делегирование руководства
Парадигма квадрата II
Практические задания

ДИСК 2

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ. ОБЩАЯ ПОБЕДА

Парадигмы взаимозависимости

Эмоциональный банковский счет
Шесть главных вкладов
Понимание
Внимание к мелочам
Выполнение обязательств
Прояснение ожиданий
Проявление цельности личности
Принесение искренних извинений при снятии со счета
Законы любви и законы жизни
Р-проблемы являются РС-возможностями
Навыки взаимозависимости

Навык 4. Думайте в духе «Выиграл/Выиграл»

Принципы межличностного лидерства

Шесть парадигм взаимодействия между людьми
«Выиграл/Выиграл»
«Выиграл/Проиграл»
«Проиграл/Выиграл»
«Проиграл/Проиграл»
«Выиграл»
Какой из вариантов лучше?
«Выиграл/Выиграл или Не связываться»
Пять измерений установки «выиграл/выиграл»
Характер
Отношения
Соглашения

Обучение управлению
по принципу «Выиграл/
Выиграл»
Соглашения о деятельности
в духе «Выиграл/Выиграл»
Системы
Процессы

Практические задания:

Навык 5. Сначала стремитесь понять, потом—быть понятым

Принципы эмпатического общения

Характер и общение
Эмпатическое слушание
Сначала — диагноз,
потом — рецепт
Четыре типа
автобиографических ответов
Понимание и восприятие
...Потом стремитесь быть
понятым
Один на один
Практические задания:

Навык 6. Достигайте синергии

Принципы творческого сотрудничества

Синергетическая
коммуникация
Синергия в учебной аудитории
Синергия в бизнесе
Синергия и общение
Поиски третьей альтернативы

Отрицательная синергия
Ценить различия
Анализ силового поля
В природе все синергетично
Практические задания

ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ. ОБНОВЛЕНИЕ

Навык 7. Заточивайте пилу

Принципы сбалансированного самообновления

Четыре фактора обновления
Физическое измерение
Духовное измерение
Интеллектуальное
измерение
Социально-эмоциональное
измерение

Сценарии для других
Баланс в обновлении
Синергия в обновлении
Восходящая спираль роста
и развития
Практические задания:

И вновь «изнутри наружу»

Взаимосвязь поколений
Станьте проводником
перемен

От автора

Послесловие

Приложение:

Рабочий день в Квадрате II

К ГЛАВЕ «СИЛА ПАРАДИГМЫ»



Рис. 1

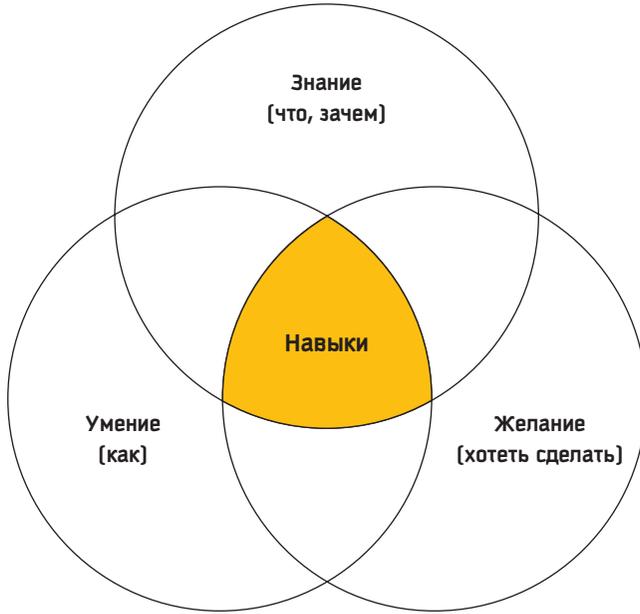


Рис. 2



Рис. 3

К ГЛАВЕ «ОПРЕДЕЛЕНИЕ «НАВЫКА»»



Эффективные навыки
Усвоенные принципы и модели поведения

Схема 1

Новая реальность семи навыков

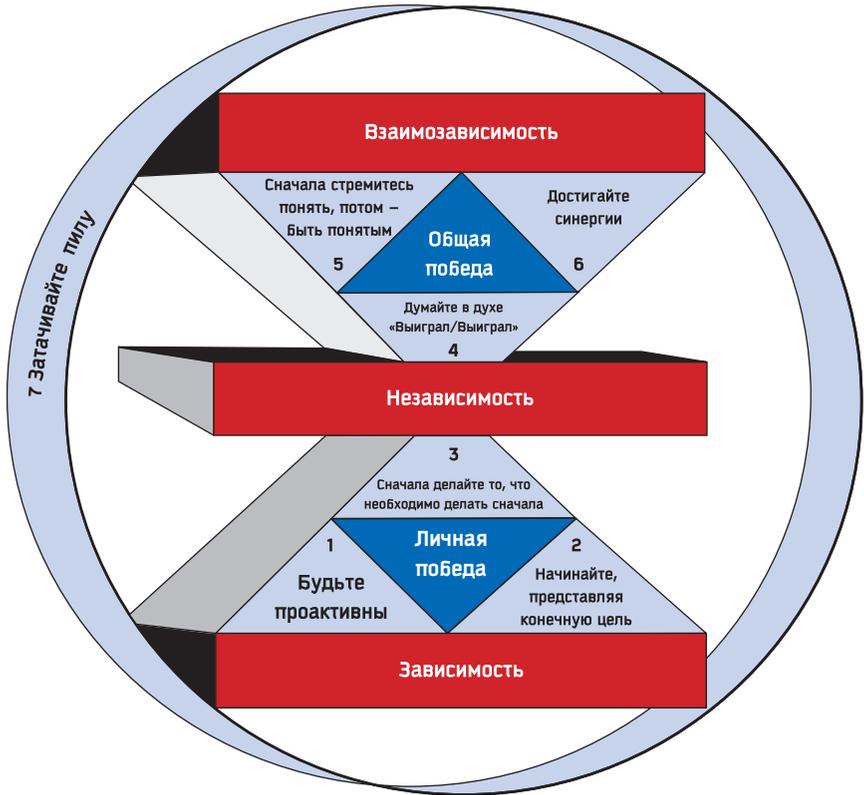
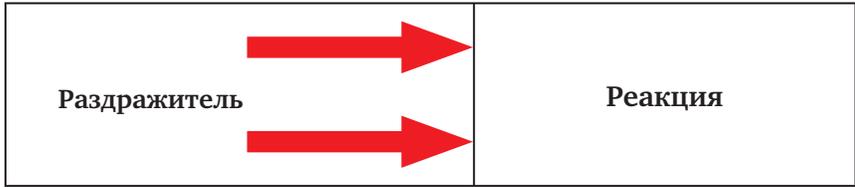


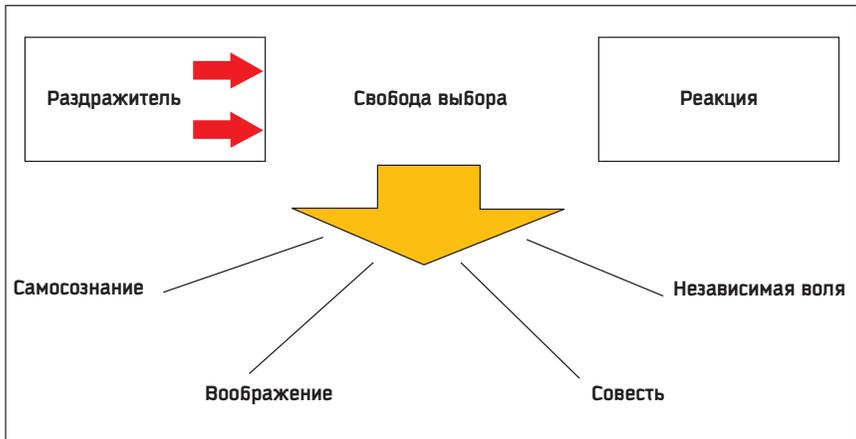
Схема 2

К ГЛАВЕ «ПРИНЦИПЫ ПЕРСОНАЛЬНОГО ВИДЕНИЯ»



Реактивная модель

Схема 3



Проактивная модель

Схема 4

К ГЛАВЕ «КРУГ ЗАБОТ/КРУГ ВЛИЯНИЯ»

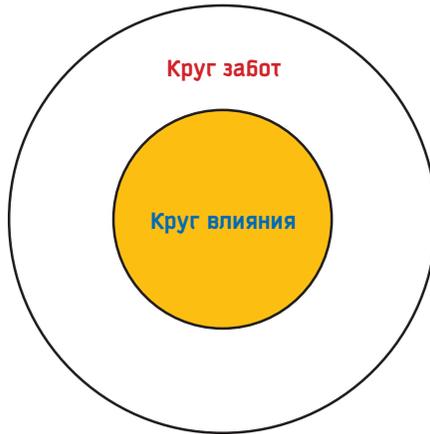
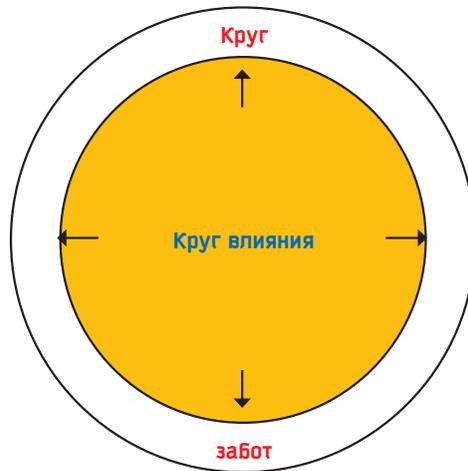
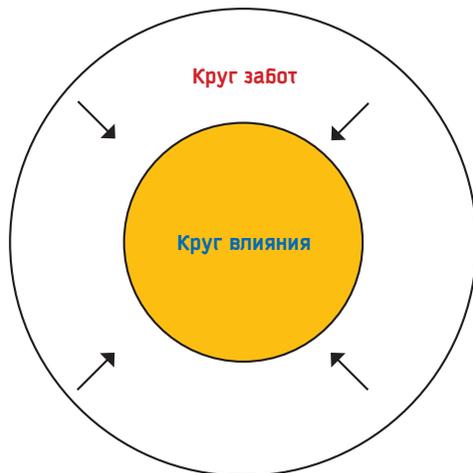


Схема 5а



Проактивный фокус (позитивная энергия расширяет круг влияния)

Схема 5б



Реактивный фокус (негативная энергия сужает круг влияния)

Схема 5в



Реактивный фокус (эгоистический стиль жизни)

Схема 5г

К ГЛАВЕ «ПРИНЦИПЫ ПЕРСОНАЛЬНОГО ЛИДЕРСТВА»

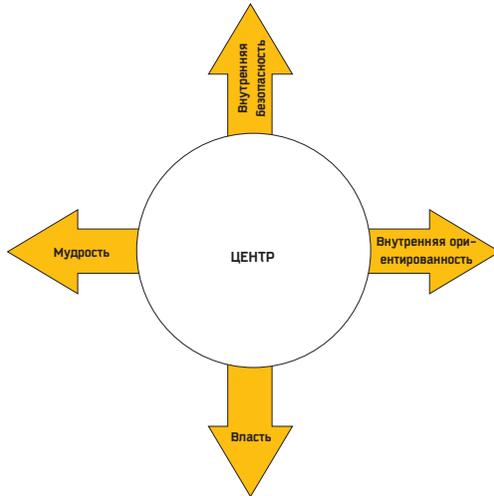


Схема 6

К ГЛАВЕ «ЦЕНТР, ОСНОВАННЫЙ НА ПРИНЦИПАХ»



Схема 7

Таблица 1

Центр вашей жизни	Внутренняя безопасность	Внутренняя ориентированность	Мудрость	Власть
<i>Супруг</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Ваше чувство безопасности зависит от того, как относится к вам супруг. • Вы крайне восприимчивы к настроениям и чувствам супруга. • Разногласия с супругом приводят к глубокому разочарованию и конфликтам. • Все, что может вторгнуться в отношения с супругом, расценивается как угроза 	<ul style="list-style-type: none"> • Ваша ориентированность определяется вашими собственными желаниями и потребностями, а также желаниями и потребностями вашего супруга. • Критерии, на основе которых вы принимаете решения, определяются тем, что вы считаете наилучшим для своего брака и своего партнера, или взглядами и предпочтениями последнего 	<ul style="list-style-type: none"> • Ваш кругозор ограничен тем, что может позитивно или негативно повлиять на вашего супруга или на ваш брак 	<ul style="list-style-type: none"> • Ваша способность действовать ограничена слабостями — вашими или вашего супруга
<i>Семья</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Ваша безопасность основана на том, как воспринимает вас ваша семья и как вы отвечаете ее ожиданиям. • Ваше чувство личной безопасности уязвимо в той же степени, что и ваша семья. • Ваше чувство собственного достоинства базируется на репутации семьи 	<ul style="list-style-type: none"> • Источником вашего правильного поведения и вашего отношения к жизни является семейный сценарий. • Критерии для принятия решений определяются тем, что хорошо для семьи, или тем, чего хотят ее члены 	<ul style="list-style-type: none"> • Все явления в жизни вы воспринимаете с точки зрения интересов семьи, что ограничивает ваш кругозор и приводит к возникновению семейного нарциссизма 	<ul style="list-style-type: none"> • Ваши действия ограничены рамками семейных моделей и традиций
<i>Деньги</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Ваше чувство собственного достоинства определяется вашим доходом. • Вы уязвимы для всего, что угрожает вашему материальному благополучию 	<ul style="list-style-type: none"> • Прибыль — это ваш критерий принятия решений 	<ul style="list-style-type: none"> • Делание денег — вот та линза, через которую вы видите и воспринимаете мир, что ведет к несбалансированным суждениям 	<ul style="list-style-type: none"> • Вы ограничены тем, чего можете достичь с вашими деньгами и вашим односторонним восприятием жизни

Продолжение табл. 1

Центр вашей жизни	Внутренняя безопасность	Внутренняя ориентированность	Мудрость	Власть
Работа	<ul style="list-style-type: none"> • Вы отождествляете себя со своей работой. • Вам хорошо только тогда, когда вы работаете 	<ul style="list-style-type: none"> • Вы принимаете такие решения, которые отвечают потребностям вашей работы 	<ul style="list-style-type: none"> • Вы склонны ограничиваться рамками своей профессиональной роли. • Работа для вас означает жизнь 	<ul style="list-style-type: none"> • Ваша свобода действий ограничена профессиональными ролевыми моделями, карьерой, рамками вашей организации, отношением вашего начальника и вашей неспособностью в какой-то момент жизни выполнять эту работу
Обладание	<ul style="list-style-type: none"> • Ваша безопасность основана на вашей репутации, на вашем социальном статусе и на собственности, которой вы владеете. • Вы склонны сравнивать то, что имеете вы, с тем, что имеют другие 	<ul style="list-style-type: none"> • Вы принимаете такие решения, которые способствуют сохранению, приумножению и лучшей демонстрации того, чем вы обладаете 	<ul style="list-style-type: none"> • Вы смотрите на мир сквозь призму сравнения экономических и социальных отношений 	<ul style="list-style-type: none"> • Ваши действия ограничены благами, которые вы можете купить, и социальным положением, которого вы можете достичь
Удовольствие	<ul style="list-style-type: none"> • Вы чувствуете себя в безопасности, только испытывая наслаждение. • Ваше чувство безопасности краткосрочно и зависит от вашего окружения 	<ul style="list-style-type: none"> • Вы принимаете решения, которые позволят получить вам наибольшее удовольствие 	<ul style="list-style-type: none"> • Вы видите мир сквозь социальную линзу. • Вы воспринимаете мир с точки зрения удовольствий, которые он может вам предоставить 	<ul style="list-style-type: none"> • Вы ограничены своей зоной социального контроля

Продолжение табл. 1

Центр вашей жизни	Внутренняя безопасность	Внутренняя ориентированность	Мудрость	Власть
Друг или друзья	<ul style="list-style-type: none"> Ваша безопасность является функцией социального зеркала. Вы очень зависимы от мнений других людей 	<ul style="list-style-type: none"> Критерий, которым вы руководствуетесь при принятии решений, выражается формулой: «Что они подумают?» Вас легко привести в замешательство 	<ul style="list-style-type: none"> Ваши суждения ограничены и искажены 	<ul style="list-style-type: none"> Ваши действия так же непоследовательны, как непостоянны ваши взгляды
Враг	<ul style="list-style-type: none"> Ваше чувство безопасности зависит от действий вашего врага. Вы все время думаете о том, что замышляет ваш враг. Вы самоутверждаетесь, ища одобрение у других 	<ul style="list-style-type: none"> Вы контрзависимы и управляетесь действиями своего врага. Вы принимаете решения, которые должны навредить вашим врагам 	<ul style="list-style-type: none"> Вы агрессивны, сверхреактивны и мнительны 	<ul style="list-style-type: none"> Та незначительная энергия, которой вы располагаете, порождается гневом, завистью, возмущением и жадной мести. Это негативная энергия — разрушительная и не оставляющая сил ни для чего другого. Ваша власть над собой практически неощутима
Церковь	<ul style="list-style-type: none"> Ваше чувство безопасности основано на вашей церковной деятельности и на уважении к вам со стороны влиятельных деятелей вашей церковной общины. Для обретения устойчивости и отождествления себя вы пользуетесь религиозными образами и ярлыками 	<ul style="list-style-type: none"> Вы руководствуетесь тем, как другие люди будут оценивать ваши действия в контексте религиозного учения 	<ul style="list-style-type: none"> Вы воспринимаете мир, деля людей на «верующих» и «неверующих», на принадлежащих церкви и не принадлежащих 	<ul style="list-style-type: none"> Власть происходит от позиции и роли в церкви
Вы сами	<ul style="list-style-type: none"> Ваше чувство безопасности переменчиво, нестабильно, зыбко 	<ul style="list-style-type: none"> Ваши суждения основаны на таких критериях, как: «Будет ли мне хорошо?», «Чего я хочу?», «Что мне нужно?», «Что я получу от этого?» 	<ul style="list-style-type: none"> Вы воспринимаете мир через оценку того, как решения, события или обстоятельства будут влиять на вас 	<ul style="list-style-type: none"> Ваша способность действовать ограничена вашими собственными ресурсами. Преимущества взаимозависимости вам недоступны

Окончание табл. 1

Центр вашей жизни	Внутренняя безопасность	Внутренняя ориентированность	Мудрость	Власть
<i>Принципы</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Ваше чувство внутренней безопасности базируется на верных принципах, которые неизменны и не зависят от внешних условий и обстоятельств. • Вы знаете, что в течение своей жизни сможете многократно на собственном опыте убедиться в действенности верных принципов. • Верные принципы — это точный, надежный и мощный измеритель для самосовершенствования. • Верные принципы помогают вам понять сущность вашего собственного развития, наделяя вас уверенностью в необходимости продолжать образование, расширяя тем самым свои знания и углубляя понимание. • Ваш источник внутренней безопасности обеспечивает вас неизменным, нерушимым ядром, позволяющим вам смотреть на перемены как на увлекательное приключение и одновременно как на возможность оказывать на них влияние. Внутренняя ориентированность 	<ul style="list-style-type: none"> • Вы руководствуетесь компасом, наделяющим вас способностью понимания того, куда вы хотите идти и как вы можете туда добраться. • Вы пользуетесь точными данными, благодаря чему ваши решения являются осмысленными и исполненными смысла. • Вы поднимаетесь над ситуациями, эмоциями и обстоятельствами и видите картину в целом. • Ваши решения и действия отражают заботу как о краткосрочных, так и о долгосрочных целях. • В любой ситуации вы сознательно, проактивно определяете лучшую альтернативу, опираясь при выборе решения на собственную совесть, основанную на принципах 	<ul style="list-style-type: none"> • Ваши суждения отличаются широтой кругозора и учетом долгосрочных последствий, они отражают вашу мудрую сбалансированность и спокойную уверенность. • Вы смотрите на вещи иначе, чем реактивные люди, и, следовательно, иначе мыслите и действуете. • Вы смотрите на мир сквозь фундаментальную парадигму эффективной жизни. • Вы смотрите на мир в контексте того, что полезного для него и для людей вы можете сделать. • Вы приняли проактивный образ жизни и стремитесь приносить пользу и способствовать развитию других людей. • Любой жизненный опыт рассматривается вами как возможность обучения и развития 	<ul style="list-style-type: none"> • Ваша власть ограничена только вашим пониманием естественных законов и верных принципов и последствиями их применения. • Вы становитесь уверенным в себе, знающим, проактивным человеком, не зависящим от отношения, поведения и действий других людей. • Ваша способность к действиям простирается далеко за пределы ваших собственных ресурсов и способствует достижению высокого уровня взаимозависимости. • Ваше текущее финансовое состояние и другие ситуационные обстоятельства не являются определяющими факторами ваших решений и действий. Вы — взаимозависимо свободный человек

Матрица управления временем

	Срочные	Несрочные
Важные	I Дела: Критические ситуации. Неотложные проблемы. Проекты с горящим сроком исполнения	II Дела: Профилактические действия, поддержание РС. Установление связей. Поиск новых возможностей. Планирование. Восстановление сил
Неважные	III Дела: Посторонние разговоры и телефонные звонки. Какая-то корреспонденция, какие-то сообщения. Некоторые встречи. Предстоящие неотложные дела. Распространенные виды деятельности	IV Дела: Мелочи, отнимающие время. Корреспонденция. Звонки. Пустая потеря времени. Праздное времяпрепровождение

Схема 8а

I РЕЗУЛЬТАТЫ: <ul style="list-style-type: none"> • Стресс • Самосожжение • Управление в условиях кризиса • Постоянный пожар и вечный бой 	II
	IV
III	

Схема 8б

Матрица управлением

I	II
<p style="text-align: center;">III РЕЗУЛЬТАТЫ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Концентрация на краткосрочном • Управление в условиях кризиса • Репутация хамелеона • Убежденность в бессмысленности целей и планов • Ощущение жертвы, не владеющей собой • Слабые или разорванные отношения 	IV

Схема 8в

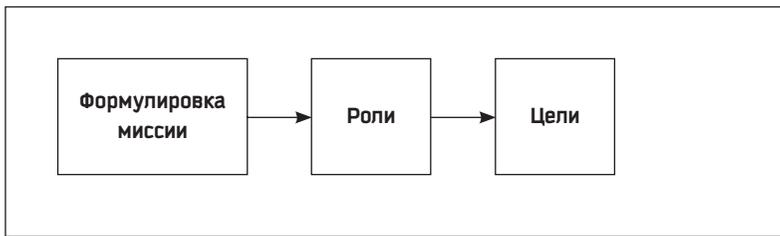
I	II
III	IV
<p style="text-align: center;">РЕЗУЛЬТАТЫ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полная безответственность • Увольнение с работы • Зависимость в основных вопросах от других лиц или организаций 	

Схема 8г

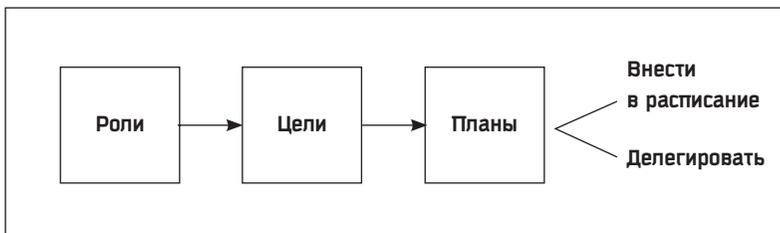
I	II
↑	<p style="text-align: center;">←</p> <p style="text-align: center;">РЕЗУЛЬТАТЫ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видение, перспектива • Равновесие • Дисциплинированность • Контроль • Редкое возникновение кризисных ситуаций

Схема 8д

К ГЛАВЕ «САМОУПРАВЛЕНИЕ В КВАДРАТЕ II»



Долгосрочное планирование



Еженедельное планирование

Схема 9

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К ГЛАВЕ «НАВЫК 2»

Таблица 2

Сфера деятельности	Персонаж	Вклад	Достижения
Семья			
Друзья			
Работа			
Церковь / общественная организация			

Таблица 3

РАСПИСАНИЕ НА НЕДЕЛЮ	
Роли	Цели

Личность — Развитие личности	Набросать текст личной миссии ①
	Записаться на курсы ②
	Навестить Фрэнка в больнице. ③

Муж/отец	Купить билеты на концерт ④
	Обсудить научный проект Тима ⑤
	Починить велосипед Сары ⑥

Менеджер по новым продуктам	Провести анализ параметров рынка ⑦
	Провести собеседование с кандидатами на должность помощника ⑧
	Посмотреть данные опроса потребителей ⑨

Менеджер по исследованиям	Проанализировать результаты последнего испытания ⑩
	Определить важнейшие задачи ⑪
	Провести совещание с Кеном и Питером ⑫

Организатор работы с персоналом	Обсудить итоги работы с Джейни ⑬
	Провести беседу с Сэмюэлсом ⑭

Административный руководитель	Проанализировать ежемесячные отчеты ⑮
	Посмотреть отчет о заработной плате ⑯

Председатель общества «Общий путь»	Подготовить повестку дня ⑰
	Нанести PR-визит Конклину ⑱
	Приступить к разработке плана на следующий год ⑲

Затачивайте пилу
Физически _____
Интеллектуально _____
Духовно _____
Социально-эмоционально _____

Неделя с:	Воскресенье
Приоритеты на неделю	Приоритеты на сегодня
	Договоренности/обязательства
8	①
9	
10	
11	
12	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
	Вечер

Окончание табл. 3

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
Приоритеты на сегодня					
16	2	12		14	
Договоренности/обязательства					
8	8	8	8	8	8 4
9	9	9 7	9 11	9 10	9
10	10	10	10	10	10
11 8	11	11	11	11	11
12	12 9	12	12	12 18	12
1	1	1	1	1	1
2	2	2	2 15	2	2
3	3	3	3	3 15	3
4 3	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5
6	6 5	6	6 17	6	6
7 5	7	7	7	7	7
8	8	8	8 19	8	8
Вечер	Вечер	Вечер	Вечер	Вечер	Вечер 7:00 Театр Брауны

К ГЛАВЕ «УВЕЛИЧЕНИЕ Р/РС ПУТЕМ ДЕЛИГИРОВАНИЯ»

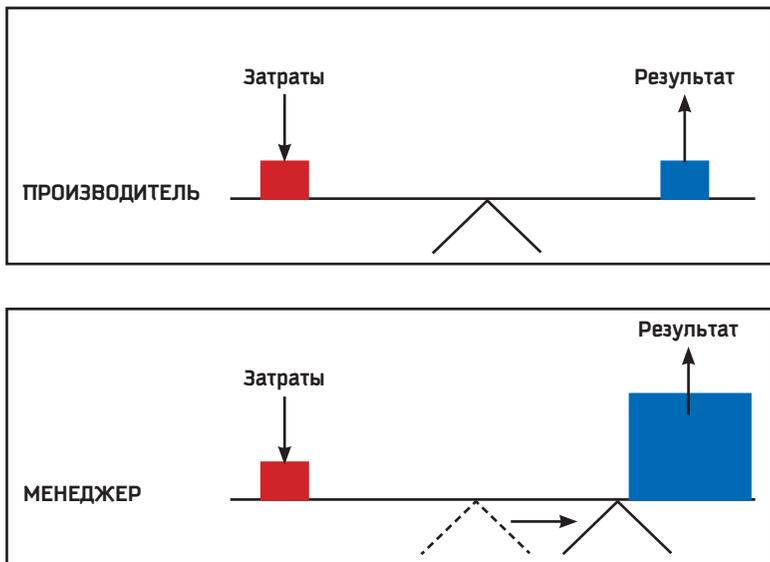


Схема 10

К ГЛАВЕ «ШЕСТЬ ПАРАДИГМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ МЕЖДУ ЛЮДЬМИ»

Таблица 4

«Выиграл/Выиграл»	«Проиграл/Проиграл»
«Выиграл/Проиграл»	«Выиграл»
«Проиграл/Выиграл»	«Выиграл/Выиграл или Не связываться»

К ГЛАВЕ «ПЯТЬ ИЗМЕРЕНИЙ УСТАНОВКИ «ВЫИГРАЛ/ВЫИГРАЛ»»

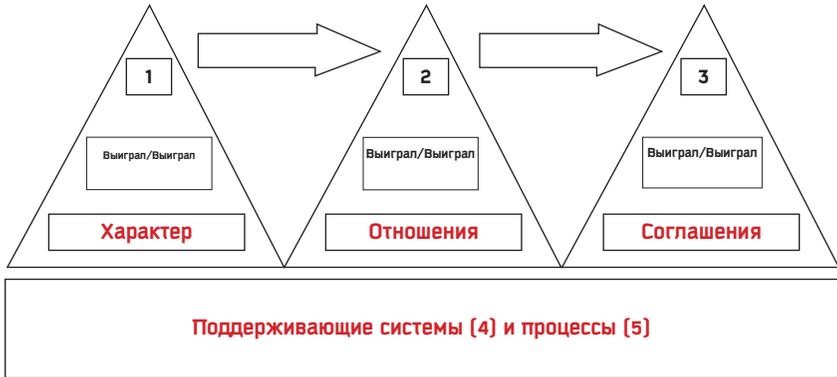
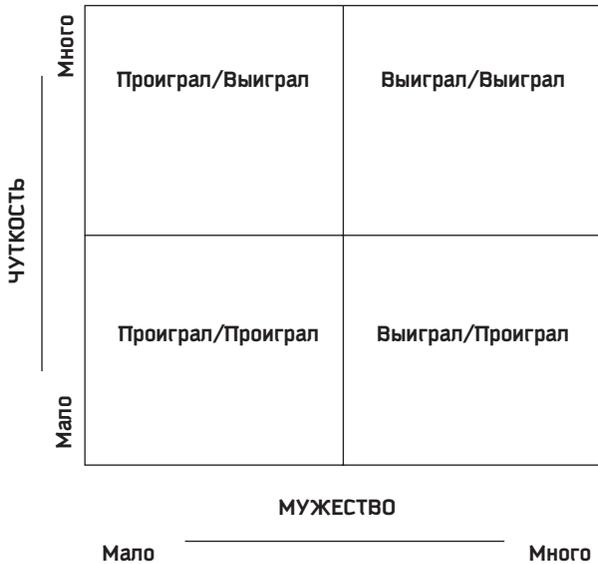


Схема 11



«Зрелость – это баланс мужества и чуткости»

Схема 12

К ГЛАВЕ «СИНЕРГИЯ И ОБЩЕНИЕ»

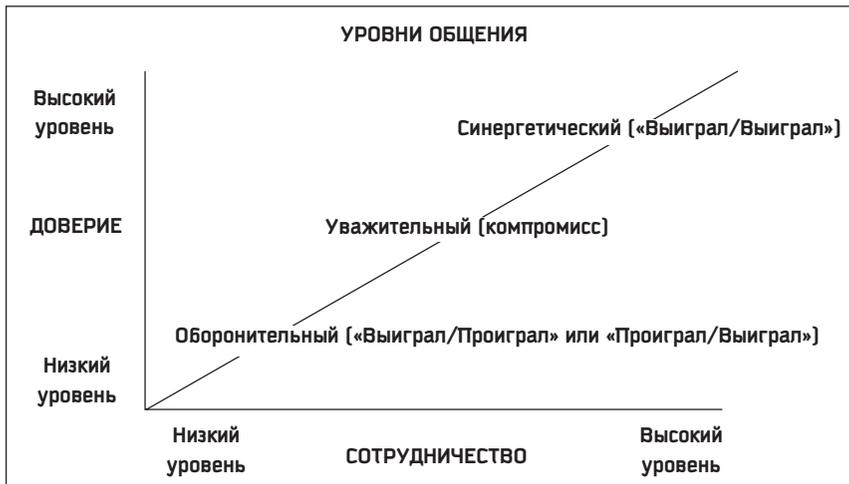


Схема 13

К ГЛАВЕ «АНАЛИЗ СИЛОВОГО ПОЛЯ»

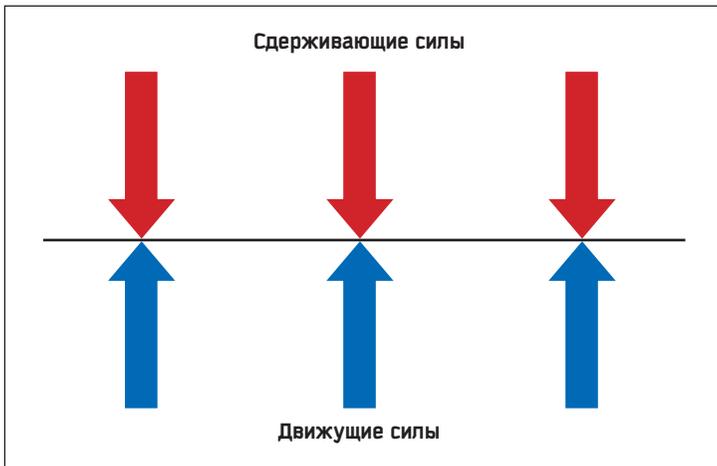


Схема 14

К ГЛАВЕ «ЧЕТЫРЕ ФАКТОРА ОБНОВЛЕНИЯ»



Схема 15

К ГЛАВЕ «ВОСХОДЯЩАЯ СПИРАЛЬ РОСТА И РАЗВИТИЯ»



Схема 16

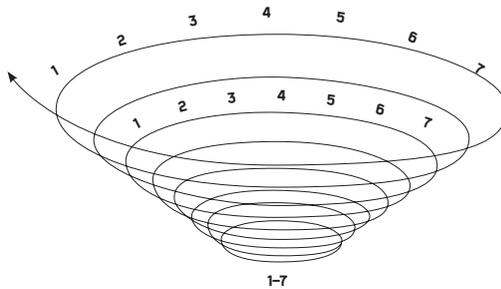


Схема 17

Новая реальность семи навыков – восьмой навык

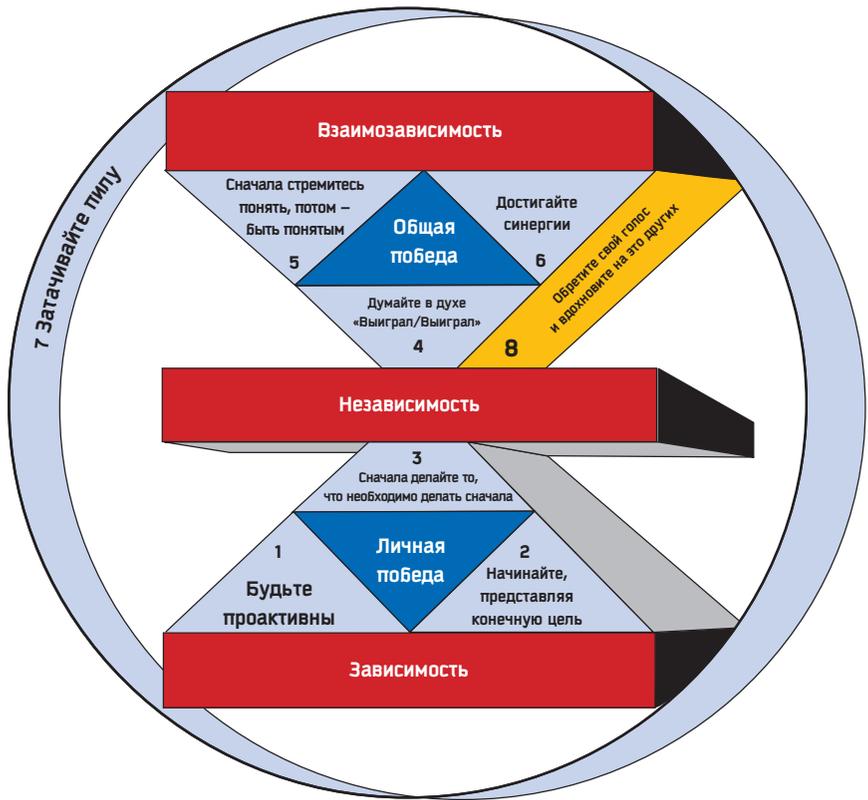


Схема 18

Таблица 5

Если центром вашей жизни	Возможные варианты восприятия вами других сторон жизни				
	Супруг	Семья	Деньги	Работа	Обладание
Супруг	<ul style="list-style-type: none"> • Главный источник удовлетворения потребностей 	<ul style="list-style-type: none"> • Хороша на своем месте • Менее важна • Совместный проект 	<ul style="list-style-type: none"> • Необходимы, чтобы должным образом заботиться о супруге 	<ul style="list-style-type: none"> • Необходима для зарабатывания денег, чтобы заботиться о супруге 	<ul style="list-style-type: none"> • Средство, чтобы осязательно, произвести впечатление или манипулировать
Семья	<ul style="list-style-type: none"> • Часть семьи 	<ul style="list-style-type: none"> • Высший приоритет 	<ul style="list-style-type: none"> • Средство содержания семьи 	<ul style="list-style-type: none"> • Источник средств для содержания семьи 	<ul style="list-style-type: none"> • Комфорт и создание возможностей для семьи
Деньги	<ul style="list-style-type: none"> • Источник получения или направление расходования денег 	<ul style="list-style-type: none"> • Поглотитель средств 	<ul style="list-style-type: none"> • Источник внутренней безопасности и средство самореализации 	<ul style="list-style-type: none"> • Необходима для получения денег 	<ul style="list-style-type: none"> • Свидетельство экономического успеха
Работа	<ul style="list-style-type: none"> • Помощник или помеха в работе 	<ul style="list-style-type: none"> • Помощь или помеха в работе • Люди, которым надо прививать трудовую этику 	<ul style="list-style-type: none"> • Имеют второстепенное значение • Свидетельство напряженной работы 	<ul style="list-style-type: none"> • Главное средство самореализации и удовлетворения • Высшая нравственная ценность 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструменты повышения эффективности работы • Награда за работу
Обладание	<ul style="list-style-type: none"> • Главный объект обладания • Помощник в приобретении собственности 	<ul style="list-style-type: none"> • Собственность, которую можно использовать, эксплуатировать, угнетать, подавлять, контролировать • Витрина 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструмент умножения собственности • Еще один вид собственности, которым можно распоряжаться 	<ul style="list-style-type: none"> • Возможность обладания статусом, властью, признанием 	<ul style="list-style-type: none"> • Символ социального статуса
Удовольствие	<ul style="list-style-type: none"> • Компаньон или помеха в развлечениях и удовольствиях 	<ul style="list-style-type: none"> • Средство или помеха 	<ul style="list-style-type: none"> • Средство увеличения возможностей получать удовольствия 	<ul style="list-style-type: none"> • Источник средств • Один из способов развлечься 	<ul style="list-style-type: none"> • То, что доставляет удовольствие • Средство получения большего удовольствия
Друг или друзья	<ul style="list-style-type: none"> • Возможный друг или возможный соперник. • Символ социального статуса 	<ul style="list-style-type: none"> • Друзья или препятствие для развития дружеских отношений • Символ социального статуса 	<ul style="list-style-type: none"> • Источник экономического и социального благополучия 	<ul style="list-style-type: none"> • Возможность общения 	<ul style="list-style-type: none"> • Средство «купить» дружеские отношения • Средство совместного развлечения

Продолжение табл. 5

Если центром вашей жизни	Возможные варианты восприятия вами других сторон жизни					
	Удовольствие	Друг или друзья	Враг или враги	Церковь	Самооценка	Принципы
Супруг	<ul style="list-style-type: none"> Совместное, сближающее вас занятие или пустая трата времени 	<ul style="list-style-type: none"> Супруг — лучший или единственный друг. Есть только общие друзья 	<ul style="list-style-type: none"> Супруг — мой защитник. Наличие общего врага укрепляет отношения 	<ul style="list-style-type: none"> Деятельность, приносящая совместное удовольствие. Менее важна, чем отношения с супругом 	<ul style="list-style-type: none"> Самооценка зависит от отношения супруга. Высокая зависимость от отношения и поведения супруга 	<ul style="list-style-type: none"> Идеи, которые помогают создавать и поддерживать отношения с супругом
Семья	<ul style="list-style-type: none"> Совместная деятельность, связанная с семьей, или деятельность, не имеющая особого значения 	<ul style="list-style-type: none"> Друзья семьи или соперники. Угроза семейной жизни 	<ul style="list-style-type: none"> Определяются семьей. Источник силы и единения семьи. Возможная угроза прочности семьи 	<ul style="list-style-type: none"> Источник поддержки 	<ul style="list-style-type: none"> Важна для семьи, но имеет по отношению к ней второстепенное значение 	<ul style="list-style-type: none"> Правила, которые поддерживают силу и единство семьи. Имеют второстепенное значение по отношению к семье
Деньги	<ul style="list-style-type: none"> Поглотитель финансов или свидетельство материальных затруднений 	<ul style="list-style-type: none"> Выбираются в зависимости от экономического положения или влияния 	<ul style="list-style-type: none"> Экономические конкуренты Угроза экономической безопасности 	<ul style="list-style-type: none"> Налоговые привилегии. Рука, запущенная в ваш карман 	<ul style="list-style-type: none"> Самооценка зависит от размера капитала 	<ul style="list-style-type: none"> То, что позволяет делать деньги и управлять ими
Работа	<ul style="list-style-type: none"> Пустая трата времени. Помеха в работе 	<ul style="list-style-type: none"> Коллеги по работе, люди, разделяющие ваши интересы. Можно обойтись без них 	<ul style="list-style-type: none"> Препятствие для продуктивной работы 	<ul style="list-style-type: none"> Важна для корпоративного имиджа Дополнительная трата времени Возможность установить профессиональные связи 	<ul style="list-style-type: none"> Определяется важной ролью на работе 	<ul style="list-style-type: none"> Идеи, которые способствуют успеху в работе Должны приспособиваться к условиям работы

Продолжение табл. 5

Если центром вашей жизни	Возможные варианты восприятия вами других сторон жизни					
	Удовольствие	Друг или друзья	Враг или враги	Церковь	Самооценка	Принципы
Обладание	<ul style="list-style-type: none"> Покупки, посещение магазинов, членство в разнообразных клубах 	<ul style="list-style-type: none"> Личная собственность. Возможность использовать 	<ul style="list-style-type: none"> Воры, грабители. Те, кто обладает большей собственностью или признанием 	<ul style="list-style-type: none"> «Моя» церковь — символ социального статуса. Источник несправедливой критики или одобрения 	<ul style="list-style-type: none"> Самооценка определяется тем, чем я обладаю. Определяется социальным статусом, признанием 	<ul style="list-style-type: none"> Концепции, способствующие приобретению и приумножению собственности
Удовольствие	<ul style="list-style-type: none"> Смысл жизни. Основной источник удовлетворения 	<ul style="list-style-type: none"> Компаньоны в развлечениях 	<ul style="list-style-type: none"> Те, кто относятся к жизни чересчур серьезно. Те, кто осуждают, нарушают спокойствие 	<ul style="list-style-type: none"> Неудобство, помеха для развлечений. Чувство вины, осуждение 	<ul style="list-style-type: none"> Инструмент получения удовольствия 	<ul style="list-style-type: none"> Естественные порывы и инстинкты, которые следует удовлетворять
Друг или друзья	<ul style="list-style-type: none"> Возможно только в кругу друзей. В основном события социального плана 	<ul style="list-style-type: none"> Необходимое условие личного счастья. Принадлежать к их кругу, быть принятым и популярным имеет решающее значение 	<ul style="list-style-type: none"> Все, кто находится вне круга общения. Наличие общих врагов определяет смысл дружбы 	<ul style="list-style-type: none"> Место для общения 	<ul style="list-style-type: none"> Определяется окружением Страх показаться смешным или быть отвергнутым 	<ul style="list-style-type: none"> Основные законы, позволяющие взаимодействовать, ладить с другими людьми

Если центром вашей жизни	Возможные варианты восприятия вами других сторон жизни					
	Удовольствие	Друг или друзья	Враг или враги	Церковь	Самооценка	Принципы
Враг или враги	<ul style="list-style-type: none"> Отдых перед очередной битвой 	<ul style="list-style-type: none"> Те, кто сочувствуют и оказывают моральную поддержку. Возможно, стали друзьями из-за наличия общего врага 	<ul style="list-style-type: none"> Объекты ненависти. Источник личных проблем. Стимул к самоощущению и самоутверждению 	<ul style="list-style-type: none"> Источник самоутверждения 	<ul style="list-style-type: none"> Принесена в жертву. Скована наличием врага 	<ul style="list-style-type: none"> Инструмент определения врага. Подтверждение неправоты врагов
Церковь	<ul style="list-style-type: none"> «Невинные» развлечения, возможность встретиться с единомышленниками. Прочие удовольствия отрицаются как греховные или как пустая трата времени 	<ul style="list-style-type: none"> Другие члены церковной общины 	<ul style="list-style-type: none"> Неверующие; те, кто не согласны с церковным учением, или те, чья жизнь ему противоречит 	<ul style="list-style-type: none"> Высший приоритет, путеводная звезда 	<ul style="list-style-type: none"> Самооценка определяется активностью в церкви, вкладом в церковь, или деяниями, отражающими церковную мораль 	<ul style="list-style-type: none"> Доктрины, проповедываемые церковью Подчинение церкви
«Я сам»	<ul style="list-style-type: none"> Заслуженное чувство удовлетворения. «Мое право». «Моя потребность» 	<ul style="list-style-type: none"> Те, кто меня поддерживают. 	<ul style="list-style-type: none"> Источник самоопределения, самоутверждения 	<ul style="list-style-type: none"> Средство достижения собственных целей 	<ul style="list-style-type: none"> Самый лучший, умный и справедливый. Все средства направляются на удовлетворение личных потребностей 	<ul style="list-style-type: none"> Источник самоутверждения. Те идеи, которые служат моим интересам; могут приспособливаться к моим потребностям
Принципы	<ul style="list-style-type: none"> Радость практически от любой осмысленной деятельности. Истинный отдых как важная часть сбалансированного образа жизни 	<ul style="list-style-type: none"> Партнеры во взаимозависимой жизни. Близкие люди, с которыми делятся, которым служат, которых поддерживают 	<ul style="list-style-type: none"> Врагов нет, есть люди с другими парадигмами, которых надо понять и о которых надо позаботиться 	<ul style="list-style-type: none"> Источник верных принципов. Возможность служения и внесения личного вклада 	<ul style="list-style-type: none"> Уникальный, талантливый, творческий человек среди многих других уникальных, талантливых, творческих людей, который способен многого достичь, работая независимо и взаимозависимо 	<ul style="list-style-type: none"> Непреложные естественные законы, которые невозможно нарушить безнаказанно. Их соблюдение сохраняет цельность личности и ведет к истинному развитию и счастью

Окончание табл. 5

Если центром вашей жизни	Возможные варианты восприятия вами других сторон жизни				
	Супруг	Семья	Деньги	Работа	Обладание
Враг или враги	<ul style="list-style-type: none"> Сочувствующий партнер или козел отпущения 	<ul style="list-style-type: none"> Убежище (эмоциональная поддержка) или козлы отпущения 	<ul style="list-style-type: none"> Средство борьбы с врагами или доказательство собственного превосходства 	<ul style="list-style-type: none"> Убежище или возможность для выхода чувств 	<ul style="list-style-type: none"> Орудия борьбы. Средства для защиты союзников. Пристанище, островок спасения
Церковь	<ul style="list-style-type: none"> Товарищ, помощник в служении церкви или испытание вашей веры 	<ul style="list-style-type: none"> Место приложения церковного учения или то, что испытывает вашу веру 	<ul style="list-style-type: none"> Средство поддержать церковь и семью Зло, если стоит выше служения церкви или церковного учения 	<ul style="list-style-type: none"> Необходима для мирской жизни 	<ul style="list-style-type: none"> Обладание мирскими богатствами имеет минимальное значение. Репутация и имидж ценятся очень высоко
«Я сам»	<ul style="list-style-type: none"> Собственность. Тот, кто удовлетворяет и радует 	<ul style="list-style-type: none"> Собственность. То, что удовлетворяет потребности 	<ul style="list-style-type: none"> Источник удовлетворения потребностей 	<ul style="list-style-type: none"> Возможность «делать свое дело» 	<ul style="list-style-type: none"> Источник самоопределения, самозащиты и саморазвития
Принципы	<ul style="list-style-type: none"> Равноправный партнер во взаимовыгодных, взаимозависимых отношениях 	<ul style="list-style-type: none"> Друзья. Возможность служения, личного вклада и самореализации. Возможность «переписывания» сценария и изменений благодаря взаимному влиянию разных поколений 	<ul style="list-style-type: none"> Источник средств для воплощения разных приоритетов и реализации целей 	<ul style="list-style-type: none"> Возможность использовать талант и способности осмысленно и целенаправленно. Способ создания экономических ресурсов. Рабочее время должно быть сбалансировано со временем, отведенным для других занятий, в соответствии с приоритетами и ценностями 	<ul style="list-style-type: none"> Ресурсы, наделяющие возможностями. Ответственность, объект заботы. Вторичны по отношению к людям