

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Выражение благодарности</b> .....	5
<b>Обращение к читателю</b> .....	8
<b>Предисловие</b> .....	10
<b>ВЫ БУДЕТЕ СБИВАТЬСЯ С КУРСА В ДЕВЯТИ СЛУЧАЯХ ИЗ ДЕСЯТИ. НУ И ЧТО?</b> .....	15
<b>Навык 1. БУДЬТЕ ПРОАКТИВНЫ</b> .....	36
<i>Как стать проводником перемен в своей семье</i>	
<b>Навык 2. НАЧИНАЙТЕ, ПРЕДСТАВЛЯЯ КОНЕЧНУЮ ЦЕЛЬ</b> ....	84
<i>Разработка семейной миссии</i>	
<b>Навык 3. УДЕЛЯЙТЕ ГЛАВНОЕ ВНИМАНИЕ ГЛАВНЫМ ВЕЩАМ</b> .....	131
<i>Как сделать семью приоритетом в этом турбулентном мире</i>	
<b>Навык 4. МЫСЛИТЕ В ДУХЕ ОБОЮДНОЙ ПОБЕДЫ</b> .....	196
<i>Переход от «я» к «мы»</i>	
<b>Навык 5. СНАЧАЛА СТАРАЙТЕСЬ ПОНЯТЬ, ПОТОМ — БЫТЬ ПОНЯТЫМ</b> .....	232
<i>Решение семейных проблем с помощью эмпатического общения</i>	
<b>Навык 6. ДОБИВАЙТЕСЬ СИНЕРГИИ</b> .....	283
<i>Укрепление семейного единства через уважение различий</i>	
<b>Навык 7. «ЗАТАЧИВАЙТЕ ПИЛУ»</b> .....	317
<i>Обновление семейного духа с помощью традиций</i>	
<b>ОТ ВЫЖИВАНИЯ — К СТАБИЛЬНОСТИ, УСПЕХУ, ЗНАЧИМОСТИ</b> .....	357
<b>Глоссарий</b> .....	415
<b>Указатель проблем и возможных решений</b> .....	418
<b>Об авторе</b> .....	427
<b>О компании «Franklin Covey»</b> .....	428
<b>7 Навыков высокоэффективных семей</b> .....	429

## ВЫРАЖЕНИЕ БЛАГОДАРНОСТИ

Эта книга воистину является продуктом синергического сотрудничества многих людей. Без их неустанных, чистосердечных, самоотверженных усилий она никогда не появилась бы на свет. Имя каждого из этих людей вправе стоять на обложке рядом с моим, и я выражаю всем им свою глубокую благодарность:

— моей любимой жене Сандре — за многие идеи и истории, отраженные в этой книге, за постоянную помощь и поддержку, интуитивную мудрость и большие педагогические познания и, главное, за ту самоотверженность, с которой она более сорока лет своей жизни посвятила воспитанию наших девяти детей;

— моим дорогим детям Синтии, Марии, Стивену, Шону, Дэвиду, Кэтрин, Коллин, Дженни и Джошуа, их супругам и детям — за их откровение и за то, как прекрасно они обустроили свою жизнь;

— Бойду Крейгу — за то, как великолепно он руководил трехлетним процессом создания этой книги, за его неиссякаемую позитивную энергию, замечательное здравомыслие и советы по многим важнейшим вопросам, за его активное участие в процессе редактирования книги рука об руку с Ребеккой;

— Ребекке Меррил — за ее необыкновенный редакторский талант, позволивший сплести идеи, истории, исследования, вошедшие в эту книгу, в по-настоящему прекрасное кружево. У меня никогда не было более преданного редактора;

— моему дорогому брату Джону Кови — за вечную дружбу и верность, вдохновение, талантливое умение моделировать и представлять эти семейные принципы и за его превосходную работу в качестве руководителя домашне-семейного подразделения компании «Franklin Covey». Спасибо также его жене Джейн, замечательной матери семейства, за бесценный вклад в эту книгу;

— моему другу и коллеге Джорджу Дюрранту, который много сделал для реализации этого проекта;

— Тому Харрису и Пии Дженсен — за бесценную административную помощь и умение общаться с людьми, которые поделились своими историями для этой книги;

— Рику Мивсу, который внес в эту книгу большой вклад, занимаясь исследовательской работой и документацией;

— Уолли Годдарду, снабдившему команду, работавшую над книгой, мудрыми мыслями разных людей, относящимися к сфере межличностных и семейных отношений.

Хочу также сказать спасибо тем людям, без чьей помощи мы бы не обошлись:

— моим сотрудникам в компании «Franklin Covey» — за прямую и косвенную помощь и поддержку в рамках этого проекта, особенно Грегу Линку, Стивену М. Р. Кови, Роджеру Меррилу, Пэтти Паллат, Нэнси Олдридж, Дарле Салин, Керри Флайгер, Ли Бейли, Кристи Бжезински, Джулии Шеперд, Глории Лис и нашему внештатному советнику Ричарду Хиллу;

— Рэнди Ройтеру и другим сотрудникам «Royter Snow Design» — за оживившие книгу иллюстрации;

— нашим друзьям из издательства «Golden Books», особенно Бобу Ашарине, за великолепное профессиональное редактирование. Спасибо также моему литературному агенту Джону Миллеру — за творческий подход к делу;

— сотням семей, которые с готовностью поделились своим опытом, обеспечив книгу необходимым материалом;

— многим ученым, учителям, писателям, лидерам, которые позитивно влияли на мое мышление все эти годы;

— супругам и детям членов нашей команды — за постоянную поддержку и веру в нас;

— моим родителям, брату Джону, сестрам Ирэн, Хелен-Джин и Мэрилин — за мое счастливое детство.

И наконец, не могу не воздать благодарность милостивым проявлениям всемогущего Провидения в моей жизни.

*Посвящается всем детям,  
в которых наше предназначение*

---

## ОБРАЩЕНИЕ К ЧИТАТЕЛЮ

Дорогой читатель! Никогда в жизни я не наполнялся такой страстью к своей работе, как при написании этой книги, потому что семья — это то, что я ценю превыше всего на свете, — как, полагаю, и вы.

Система 7 Навыков применима к семье совершенно естественным образом. Они идеально подходят друг другу. Более того, если вы хотите сполна овладеть этими навыками, то лучше всего это сделать, применяя их к семье, подтверждением чему служат замечательные истории о том, как применялись эти 7 Навыков и что из этого вышло.

В книге я много рассказываю о себе и своей семье, о том, как мы старались (пусть даже с переменным успехом) применять эти навыки. Каждая семья уникальна и отличается от других, но одновременно во многих отношениях все семьи схожи. То же самое относится и к нашей семье. Подозреваю, что многие из тех проблем, с которыми в повседневной жизни сталкивалась наша семья, знакомы и вам.

При написании этой книги я постоянно спрашивал себя: не слишком ли много и подробно пишу о своей семье, о том, какие мы допускали ошибки и каких успехов достигли? С одной стороны, я не пытался делать вид, будто мы знаем ответы на все вопросы, а с другой — не хотел сдерживать то, чем полнится мое сердце: мне очень хотелось рассказать вам о том, что дорого для меня и где я по-настоящему постиг силу 7 Навыков.

Я попросил также жену и детей поделиться своими мыслями и чувствами, своим опытом — положительным и отрицательным. Может быть, мы где-то переборщили: примерно каждая пятая история в этой книге — о нас. Но они служат лишь иллюстрацией принципов, которые универсальны. Даже если эти истории не трогают вас, уверен, что сами принципы, кроющиеся за ними, что-то для вас значат. И я надеюсь, что эти истории заставят вас задуматься о том, что происходит в вашей семье.

Излагая весь этот материал, я хочу вселить в вас чувство надежды, что такой образ мышления действительно способен помочь в вашей ситуации. Я знаю, что вы стремитесь сделать семью своим главным приоритетом, и хочу показать вам путь к этому в нашем безумном, беспокойном, зачастую враждебном к самому понятию семьи мире.

Наконец, я твердо верю в то, что семья является ячейкой общества и в ней наше главное жизненное предназначение и величайшее счастье. Я верю также, что ваша самая главная обязанность в жизни — это поддержка своей семьи. Очень красиво об этом сказала в своем выступлении перед выпускниками колледжа Уэллсли бывшая первая леди Барбара Буш: «Вы выходите отсюда врачами, юристами, руководителями

предприятий, но ваши не менее важные обязанности проистекают из того, что вы люди, и ваши человеческие отношения с супругами, детьми, друзьями являются самыми важными инвестициями, которые вы можете сделать в своей жизни. Когда ваша жизнь подойдет к концу, вы будете жалеть не о том, что не сдали какой-то экзамен, не выиграли какой-то процесс, не заключили какую-то сделку; вы будете жалеть о том, что мало времени уделяли супругу, детям, друзьям, родителям... Успешное развитие общества зависит не от того, что происходит в Белом доме, а от того, что происходит в ваших домах».

Я убежден, что если бы мы, как общество, успешно развивались во всех направлениях, но при этом пренебрегали семьей, то это было бы сродни укреплению шезлонгов на палубе «Титаника».

Искренне ваш,  
Стивен Кови

## ПРЕДИСЛОВИЕ

После завершения школьного баскетбольного турнира одна из мам, сидевшая рядом со мной на трибуне, сказала: «Меня удивляет, что ваш муж посетил почти все игры, в которых участвовал Джошуа. А ведь я знаю, какой он занятой человек. Как ему удастся всюду успевать?» В первую секунду мне захотелось сказать, что у него хорошая жена-ассистентка. Но, отставив в сторону самолюбие, я ответила: «Просто для него семья — главный приоритет».

Как-то Стивен, выступая перед группой высокопоставленных бизнесменов, сказал: «Вы знаете, что если ваша компания вдруг начнет разваливаться на части, то для ее спасения вы сделаете все, что необходимо. И какой-то выход обязательно найдете. Это же рассуждение применимо и к семье». В большинстве своем мы знаем, как поступать, но хочется ли это делать?

И у меня, и у Стивена было счастливое детство, и мы желаем того же самого нашим детям. Хотя в те годы жизнь была намного проще. Я до сих пор помню, как все соседские дети долгими летними вечерами играли во всевозможные подвижные игры. Родители наблюдали за нами из расставленных на лужайке шезлонгов или сидели с соседями на крыльце и болтали о всякой всячине. Часто мои мама и папа шли рука об руку полакомиться в кафе-мороженое Фернвуда. Нам, детям, хватало времени, чтобы полежать на прохладной зеленой травке, наблюдая за причудливой формы облаками или любуясь миллиардами звезд Млечного Пути. Иногда в этом положении мы засыпали — прямо под открытым небом. Такой идеальный образ крепкой и счастливой семьи сохранился в моей памяти.

Мы со Стивеном много рассуждали о том, какую семью нам хотелось бы создать. По мере того как у нас увеличивалось количество детей и дел становилось все больше, мы поняли, что счастливые семьи возникают не сами собой. Это дело требует максимальной энергии, таланта, желания, дальновидности и решимости. По-настоящему важные в жизни вещи требуют времени, размышлений, планирования. Над ними нужно работать и ради них чем-то жертвовать. Вы должны иметь желание и готовность заплатить за них полную цену.

Часто мне говорят: «У вас девять детей. Как это здорово! Вы, должно быть, обладаете неимоверным терпением». Я никогда не могла понять подобных рассуждений. Почему, если у меня девять детей, я обязательно терпеливая? А почему не буйнопомешанная? Или говорят так: «Когда имеешь столько детей, одним больше, одним меньше — уже неважно». Считаю, так рассуждают потому, что у них никогда не было «одним больше».

Воспитание большой семьи — тяжелый труд. Я всегда хотела, чтобы наша жизнь была попроще, такой, какую я помнила с детства, но Стивен не уставал мне напоминать, что наша семейная жизнь никогда такой не будет. Она сложнее. Больше давления извне. Мир изменился. Те дни ушли в прошлое — но их можно по-прежнему помнить и ценить.

Пока Стивен укреплял свою репутацию консультанта, лектора и писателя, ему приходилось много разъезжать. И это означало, что нам надо было планировать свою жизнь заранее, чтобы не пропустить такие важные события, как футбольные матчи, школьные спектакли и выпускные балы с участием наших детей. Как бы далеко Стивен ни уезжал, он ежедневно звонил домой и разговаривал с кем-нибудь из детей.

Когда он находился дома, то был действительно с нами, не отвлекаясь в мыслях ни на что другое. Стивен занимал такое большое место в жизни каждого из наших детей, а сама атмосфера дома была настолько им пропитана, что, когда он возвращался, никто и не помнил, что он куда-то уезжал. Стивен всегда умел слушать и постоянно чему-нибудь учился — эдакий вечный студент. Общаясь с людьми, он обязательно задавал вопросы, с наслаждением проникая в мысли собеседника и надеясь услышать мнение, отличное от своего собственного. Стивен ценит различия между людьми. И я всегда восхищаюсь, как он старается жить в полном согласии с тем, чему учит других, в соответствии с теми принципами, которые он проповедует и в которые верит. Это нелегко. Стивен бесхитростный человек. Ему присуща невероятная скромность, которая побуждает меня стараться во всем походить на него.

Его идеализм вдохновляет и мотивирует меня, людей, которых он учит, и наших детей; он пробуждает в нас желание улучшать свою жизнь и совершенствоваться самим. И еще он борец с самим собой, как и я (и как большинство из нас).

Когда мы пытаемся жить в согласии с тем, во что верим, не без борьбы, но двигаясь в правильном направлении, дети обычно принимают нашу систему ценностей. У нас добрые намерения — есть мечты и желание их осуществить, — но иногда мы все портим своей несдержанностью и гордыней. Мы часто сбиваемся с пути, но постоянно возвращаемся на главную дорогу.

Я помню случай, произошедший, когда нашей дочери Синтии было три года. Мы только что переехали в первый собственный дом, новенький, маленький, в три спальни, — типовой домик, от которого мы были без ума. У нас должно было состояться заседание литературного клуба, и я несколько часов все убирала и драила, чтобы не ударить в грязь лицом. Мне очень хотелось произвести впечатление на моих друзей. Синтию я уже уложила и полагала, что она будет спать, когда гости зайдут на нее посмотреть, а заодно увидят ярко-желтое одеяло, которое я связала своими руками, и забавные фигурки животных, развешанные на сте-



нах. Но когда я открыла дверь, чтобы показать гостям дочь и ее комнату, то с ужасом обнаружила, что Синтия не спала. Мало того, она перевернула ящик с игрушками и разбросала их по всей комнате, выбросила всю одежду из комода, рассыпала пазлы, фломастеры, карандаши и в момент нашего появления продолжала свои бесчинства. Комната выглядела так, словно по ней прошел торнадо. Услышав, как открылась дверь, она повернула голову и с озорной улыбкой на лице ласково сказала: «Привет, мама».

Я была в ярости от того, что она ослушалась и встала с постели, и расстроена тем, что в таком кавардаке никто не поймет, как красиво я декорировала комнату; я была обеспокоена тем, что по ее милости попала в такое глупое положение. Я закричала на нее, в сердцах шлепнула пониже спины и снова уложила в постель, пригрозив, что будет хуже, если она снова встанет. Я видела, как задрожала ее нижняя губа и глаза наполнились слезами. Моя реакция явно шокировала дочь. Она начала хлюпать носом, явно не понимая, что же меня так рассердило.

Я закрыла дверь, чувствуя себя ужасно. Мне было стыдно за свое поведение. Я понимала, что всему виной была моя гордыня, а вовсе не поступок дочери. Я была уверена, что этот случай оставит неизгладимый след в ее жизни. Несколько лет спустя я спросила дочь, помнит ли она тот инцидент, и она, к моему немалому облегчению, сказала, что ни о чем таком не знает.

Думаю, если бы я столкнулась с подобной ситуацией сегодня, то не разозлилась бы, а рассмеялась. «Легко тебе говорить», — возражают мои дочери, воспитывающие своих маленьких детей. Но с годами мои взгляды на то, что когда-то казалось важным, сильно изменились.

В жизни мы все проходим через разные стадии. Заботы о внешности, о популярности, желание произвести впечатление, сравнение себя с другими, необузданные амбиции, жадность к деньгам, стремление быть замеченным и признанным, попытки самоутвердиться — все это уходит в тень, по мере того как растет чувство ответственности и укрепляется характер.

Жизненные испытания закаляют вас. Истинная дружба поддерживает вас. Честность, порядочность, готовность смотреть проблемам в глаза — все эти качества помогают вам, когда вы пытаетесь чего-то добиться в жизни, что-то в ней изменить, быть примером, жить достойно. Непрестанная борьба с трудностями мотивирует вас, разжигает желание стать лучше.

Эта борьба не имеет конца. Вырастив девятерых детей, я думаю, что еще только начинаю что-то понимать в жизни. Много раз случалось, что я выходила из себя, что-то неправильно воспринимала, рубила с плеча, не слушала, совершала необдуманные поступки. Но одновременно я старалась учиться на своих ошибках. Я просила прощения, росла над со-

бой, меняла свои взгляды и систему ценностей, старалась сдерживаться, приспособливаться, учитывать стадии роста и развития, училась смеяться над собой, больше радоваться жизни. Я понимала, что воспитание детей — тяжелый труд — и физически, и эмоционально. Он доставляет радость и мучения. Вечером валишься без сил на кровать и шепчешь про себя, как Скарлетт О’Хара: «Я подумаю об этом завтра». Ох, если бы быть хотя бы наполовину такой умной, какой тебя считают дети, пока они маленькие, и хотя бы наполовину такой дурой, какой тебя видят дети-подростки.

В конце концов я поняла, что быть родителем, в сущности, значит жертвовать собой. У меня на кухне висит табличка, на которой написано: «Матерям хныкать не положено». Вместе со своими детьми ты познаешь окружающий мир и саму жизнь, плачешь и радуешься, взрослеешь и созреваешь, переживаешь психологические травмы и триумфы, делаешь уроки, учишься вести себя за столом, проходишь период полового созревания, покрываешься прыщами, получаешь водительские права, дерешься, дразнишься.

Но в конце концов (как и после родов) боль забывается. В памяти остается только радость материнства и принесенные жертвы во имя замечательного сына (или дочери), которого любишь всей душой. Ты помнишь, как менялись лица детей с годами и как они выглядели в том или ином наряде. Помнишь, как гордилась их успехами, как переживала за них, когда им было трудно. Помнишь те чудесные моменты, когда кормишь ребенка грудью и с благоговением думаешь о том, какое это великое счастье и какая ответственность быть матерью.

Только когда я родила седьмого ребенка, Коллин, у меня возникло ощущение, что наконец-то элементы этой головоломки складываются в понятную картину. Я наконец научилась говорить «нет» второстепенным вещам. Я сидела в кресле-качалке, кормила дочку, наслаждаясь моментом и не думая о том, что меня ждут какие-то другие дела. Меня охватило чувство радости и гармонии, и наконец-то я поняла, что в этом и заключается смысл моей жизни.

Так что из своей прежней жизни я помню только хорошее. Но есть еще жизнь сегодняшняя. Только семеро из наших девяти детей уже обзавелись семьями и зажили своей жизнью. Двое все еще находятся с нами. И наш семнадцатилетний Джошуа часто напоминает мне, хитро прищурив глаза: «Мы легко могли бы разорить вас!»

У каждого из вас своя собственная, уникальная, непохожая на другие семейная жизнь. И вы наверняка, так же как и я, обнаружили, что современная жизнь далеко не так проста, какой была когда-то. Семья уже не находит в обществе той опоры и поддержки, какую имела раньше. Жизнь стала более технологичной, более быстрой, более мудреной и пугающей.