

I år er det 30 år siden, at selvhjælpsbogen "7 gode vaner – personlig og professionel effektivitet" udkom. I den forbindelse er bogen blevet genudgivet i en jubilæumsudgave suppleret med flere nye forord, afsnit og efterskrifter af personer knyttet til forfatteren. Bogen henvender sig til en bred gruppe af læsere. På den ene side kan alle, der ønsker at leve et liv i større overensstemmelse med værdier og langsigtede mål, få meget ud af bogen. Samtidig henvender bogen sig også til personer, der i professionelle sammenhænge ønsker at blive mere målrettede og effektive, og som ønsker at udvikle og forbedre deres samarbejdsrelationer til andre.

Stephen Covey ønsker med sin bog at adskille sig fra al anden selvhjælpslitteratur. Meget selvhjælpslitteratur handler ifølge Covey om hurtige genveje, løpelsninger og forskellige former for manipulation med sig selv og andre, hvilket i bedste fald kun har en kortvarig og begrænset effekt. Ifølge Covey afhænger ægte og vedvarende succes og livstilfredshed i stedet af, at man generelt lever sit liv "effektivt". Med effektivitet mener Covey bl.a., at man er bevidst om sit eget ansvar for og evne til at få ting til at ske, at man hele tiden orienterer sig mod sine mål i livet, og at man samtidig lever efter *de rette principper*.

Covey identificerer syv forskellige vaner, der på hver deres måde er en forudsætning for denne effektivitet. I den forbindelse drager Covey en vigtig skelnen mellem, det han kalder *produktion* og *produktionskapacitet*. De første seks vaner vedrører *produktionen* (udførelse af handlinger), mens den syvende vane, der kaldes "Slib saven", handler om at forny og vedligeholde selve *produktionsapparatet* via restitution, pleje og træning af sig selv fysisk som psykisk.

De første seks vaner deles op i to grupper, nemlig det, Covey kalder *Personlig sejr* og *Fælles sejr*. Den personlige sejr og det personlige lederskab kommer ifølge Covey før alt andet og er en forudsætning for at kunne have succes i sine relationer til andre. Den personlige sejr handler om at være proaktiv, at agere frem for at reagere og at sætte værdier og mål højere end her-og-nu følelser og impulser. Det handler om at være sig bevidst om det ønskede liv og de ønskede endemål, for først derved kan man bevæge sig i den ønskede retning og undgå at forfalde til mindre vigtige opgaver og aktiviteter.

Lykkes man med den personlige sejr, bliver den fælles sejr ifølge Covey mulig. Den fælles sejr handler om effektivitet og succes i fællesskab med andre, og vanerne i denne gruppe handler i højere grad end de andre vaner om at leve efter *de rette principper*. Covey beskriver her, det man ville kunne kalde for en række dyder, som han mener, er universelle og afgørende for en holdbar succes.

Det handler for Covey om at udvikle en ædel karakter, der er styret af principper som mod, ærlighed, tålmodighed, velovervejethed, integritet og storsind. Covey taler her om en *overflodsmentalitet* og om en *indstilling i sind og hjerte* i forhold til altid at tilstræbe det bedste i alle menneskelige interaktioner. Kun ved at evne empatisk lytning, ved at tilsidesætte sit eget behov for at blive hørt, før man hører den anden og ved at værdsætte forskelligheder og se dem som springbræt til nye muligheder og synergier opstår ægte succes i relationer mellem mennesker.

Hvor bogens første del (den personlige sejr) minder en del om klassisk selvhjælpslitteratur, er denne anden del (den fælles sejr) i højere grad en lektion i klassisk dydsetik. Dette er måske noget af det, der gør Coveys bog og metode tidløs, og som gør, at den adskiller sig mest fra anden selvhjælpslitteratur.

Dog er hele logikken i Coveys tilgang stadig præget af en individualistisk menneskeforståelse, hvilket måske også er nødvendigt, hvis en selvhjælpsbog skal have en berettigelse: For Covey er Den personlige sejr og individets selvbedelse en forudsætning for Den fælles sejr, men ingen steder nævnes det, hvad det fælles omvendt kan tænkes at have af betydning for det personlige.

Første del af bogen læner sig op ad en kognitiv tilgang, hvor det er viljen og evnen til at vælge sine tanker og reaktioner, der er i centrum. Tid og energi bør investeres i planlagte handlinger og aktiviteter, der er i tråd med større mål og visioner i livet, og umiddelbare følelser og behov og kontekstuelle faktorer er ikke så interessante. Filosofien er kort sagt, at det ikke handler om, hvordan man har det, men om hvordan man *ta'r* det. På trods af de indvendinger og betænkeligheder, man kan have ved en sådan forståelse, er det alligevel denne del af bogen, der for undertegnede står som en af bogens stærkeste.

Covey præsenterer her forskellige øvelser til identifikation af større mål og ønsker i livet og tilbyder letanvendelige redskaber til at få omsat disse i konkrete handlinger. Covey får samtidig udfoldet nogle psykologiske forklaringer på, hvorfor og hvordan denne gruppe af vaner virker, og det blev i undertegnede arbejder med vanerne tydeligt, at der er en del forandringspotentiale i disse vaner.

Anden del af bogen, hvor Covey udfolder sin dydsetik, er anderledes funderet, idet Covey her i højere grad trækker på den viden om universelle etiske principper, som han beskriver at have fået ved at studere succesfulde mennesker igennem historien. Når Covey taler om ædelhed og storsind og om den rette indstilling i sind og hjerte, får man dog fornemmelsen af, at han også trækker på noget af den etik, som er indeholdt i flere af de store religioner. Her kan Covey nok ikke helt løbe fra, at han har en doktorgrad i religionsstudier. Tro generelt og det at være en del af et kirkesamfund beskrives desuden flere gange i bogen som en *selvfølgelig del af tilværelsen* og tillægges en noget større betydning, end man typisk ville gøre det i en dansk kontekst.

Jubilæumsudgaven er som nævnt suppleret med flere nye forord, efterskrifter og tilføjelser til de forskellige kapitler skrevet af Coveys familie og tidligere samarbejdspartnere. For undertegnede vedkommende føltes disse nye afsnit og tillæg ikke som afgørende for udbyttet af bogen, men fik i stedet bogen til at virke lidt rodet nogle steder. For undertegnede ville det nok have været fint bare at læse den 30 år gamle originaludgave, men for fans af forfatteren og den oprindelige klassiker er den nye jubilæumsgave dog et must.

Af Malene Degn, psykolog

