

金牌课程

《职业快速发展的七项修炼》

课程背景

《职业快速发展的七项修炼》培训课程通过改变受训学员的思维模式，力图达到改变人的心智模式，进而改变人的习惯的目的。该课程是在《高效能人士的七个习惯》在国内 500 强企业运作的实践总结，结合国内实际情况，在理论角度、思考方式、以及运用给出了更为实操的手段与方法，更加适合中国人来学习。该培训已经成为许多中国企业培训计划中必不可少的核心课程。

培训对象及课时

- 企业中基层
- 1 天 (6 小时)

课程纲要

第一部分 由内而外重塑自己

- 自然法则与思维定势
- 思维转换的力量
- 转换思维定式的四大障碍
- 思维定式的转变的起点
- 思维定式转换的原理与流程
- 思维定式转换的具体方法

第二部分 习惯与成长的三个阶段

- 习惯与成长阶段内容与逻辑

第三部分 修炼一、积极主动

- 人类四项独特的天赋。

- 消极被动对个人成长和人际关系的危害
- 面对工作压力和环境的变化：是什么决定了你的反应方式？
- 解决问题的第一步在于改变我们的习惯，改变我们的影响途径
- 积极主动的人专注于影响圈
- 如何扩大你的影响范围；
 - ✓ 面对可直接控制的问题的处理原则
 - ✓ 面对可间接控制的问题的处理原则
 - ✓ 面对无法控制的问题的处理原则

第四部分 修炼二、以终为始

- 以终为始的思维优势
- 千里之行始于目标
- 什么是愿景？
- 所有的事物都经过两次创造
- 你有多少种角色 ——你是谁？你从何得知你是个怎样的人？
- 心智创造需要善用你的左右脑
- 谁是你一生中最重要的领导
- 怎样编写个人的使命宣言

第五部分 修炼三、要是第一

- 确定“要事”的原则是什么？
- 效能与效率的区别在哪里？
- 认识时间
 - ✓ 时间能否被管理？
 - ✓ 时间的跨度单位带来的两种心理效应
 - ✓ 第一、二、三代常见时间管理法的优缺点
 - ✓ “管理时间”就是“管理自己”
 - ✓ 时间管理的十一条金律
 - ✓ 工作中运用时间管理的技巧
- 第四代以效能和产出为平衡的时间管理法

- 第四代以原则和关系为导向的时间管理法
- 怎样判断事情的“重要程度”？
- 时间管理的四个象限及其特点。
- 怎样将事情或任务有效分布在四个象限中？
- 要事第一的策略——有效授权
 - ✓ 指令性授权行为
 - ✓ 责任性授权行为

第六部分 修炼四、双赢思维

- 六种人际关系模式的特点。
- 情感账户对双赢人际关系的意义
- 什么是情感账户中的存款与取款？
- 什么是双赢品格？
- 什么是富足心态？
- 什么是匮乏心态？
- 当对方没有双赢思维的时候，你如何创造双赢局面？
- 双赢思维关注的需求与满足方式
- 构建双赢人际关系的策略

第七部分 修炼五、知彼解己

- 完美沟通的标准；
- 人际交流的最大障碍是“自传式回应”。
- 自传式回应与同理心回应的区别
- 沟通的两个基本原则
- 沟通中情绪管理法则
- 在聆听中需要扮演的两个角色；
- 倾听的五种境界；

第八部分 修炼六、统合综效

- 统合综效的关键要素与环境；

- 统合综效与集思广益的模式；
- 如何融入团队；
- 尊重个性的差异；
- 重视个人的参与管理
- 统合综效就是发现第三替代方案。
- 统合综效的根本态度

第九部分 修炼七、不断更新

- 自我提升与终身学习
- 人类的四大天赋才能及磨练十项建议
- 未来职业发展中的不断更新工具