

高效能人士的时间管理

➤ 课程背景：

动荡和不可预见的变化是当今社会的主题

企业或组织面对着快速增长、行业竞争、体制改组、机构兼并以及客户需求不断变化和提高等各种挑战，有些企业和组织还面临个人、团队和部门反映迟缓、缺乏信任、沟通不善和效率低下的危机。

所有这些问题都迫使企业或组织为保持生产效率、竞争力和利润率付出了沉重的代价。

在高度竞争和快速变化的环境中，速成的办法再也无法解决问题，细微的改变也产生不了多大的作用，只有那些致力于建立坚实基础、良好的文化、培养出高效能员工的企业或组织才能稳定成功地达到目标。

➤ 课程目的：

- ◆ 掌握先进的通向高效能的方法面对今天的挑战
- 实现建立在原则基础上的压力管理与时间管理能力
- ◆ 通过培养高效能的员工创造高效能的组织
- ◆ 培养对他人的信任感，让每个人都能找到一方可以有所贡献、发挥影响力的人生领域，是每个人都觉得自己的人生有意义，有份量。
- ◆ 在统合综效的基础上建立高效能时间管理习惯
- ◆ 在确立核心价值的基础上，如何提高工作和生活的效率与质量

➤ 授课时间：

1天

➤ 课程内容大纲：

效能原则(产出与产能的平衡)

《伊索寓言》里讲述了一个鹅和金蛋的故事：有一天，一个很穷的农夫在鹅窝里发现了一个金蛋，让他喜出望外，这以后的每天早上，农夫都可以从鹅窝里拿到一个金蛋。但是，当他日益富有的时候，他也变得越来 越贪婪以至于没有耐心等待每天只有一个金蛋。他更想一次得到鹅身体里所有的金子，于是他便杀了这只鹅，结果什麼也没得到。

这则寓言可以应用于我们的职业和个人生活中，我们常常象这个农夫一样以牺牲产能（鹅）的代价来提高产出（产品）金蛋。我们常常关心的是效率而不是效能（产出和产能的平衡），由于我们忽视了效能原则，从而破坏了我们取得结果的能力，并为此付出了高昂的代价。

成长的三个层次：

依赖——独立（个人成功）——互赖（团队成功）

依赖：围绕“你”这个思维 —（幼年的经历）需要你照顾我，事情若有差错，我便怪罪你，你

要对我的成败负责。（靠别人来完成愿望）

独立：着眼于“我”的思维—我可以独立自主对自己负责，我可以自由选择。（靠自己打天下）

互赖：从“我们”的思维出发—我们可以自主、合作、统合综效，共同开创伟大的前程。（群策群力达到成功）

时间管理素养修炼是一个持续成熟的模式：

◆ **主动积极（建立在原则基础上的自我审视的修炼）**

这是具备卓越领导力的基础，每个人都有自己做决定的权力，当人们根据价值观用这种权力来选择反映时，他们是主动积极的。他们致力于有能力控制的事情（即影响范围），而被动消极的人会更注意关切范围。

■ 高效能人士的习惯塑造

- ◆ 习惯的形成
- ◆ 主动积极的价值
- ◆ 关注圈与影响圈
- ◆ 心态决定行为，行为决定结果
- ◆ 心态来源于思维模式
- ◆ 思维与思维转换
- ◆ 思维与习惯养成
- ◆ 危机意识与习惯塑造
- ◆ 企业成长 vs. 个人成长

◆ **确立使命（自我领导的修炼）**

最有效能的人会设计自己的未来。他们的工作及生活的各个领域是由使命开始。他们有自己的使命宣言，不会被环境和周围人决定他们。一个高效能的企业同样也会有自己的使命。

■ 身份与使命

- ◆ 个人目标与公司目标
- ◆ 个人目标与部门目标
- ◆ 部门与部门之间的关系
- ◆ 公司的使命感与个人的使命感
- ◆ 理解层次对工作的影响
- ◆ 身份与目标
- ◆ 信念与价值

◆ **以终为始，要事为先（自我管理的修炼）**

什么最重要？最重要的事情就是我们自己认为最有价值去做的事情。是帮助我们走向正确方向，实现我们使命宣言、以原则为导向的事情。

在这里我们会告诉你如何确立核心价值，如何进行时间管理，传统的时间管理与以原则为中心的自我管理的区别。

■ 以终为始

- ◆ 以原则为核心的目标感
- ◆ 认清企业发展与个人发展
- ◆ 确定自己的努力方向
- ◆ 整理自己的价值观
- ◆ 确定自己的需要和追求点

- 要事为先
 - ◆ 正确地做事得到效率
 - ◆ 做正确的事得到效果
 - ◆ 时间管理四大法则
 - ◆ 时间管理四象限
 - ◆ 时间窃贼分析
- 职业人士的时间管理技能
 - ◆ 目标管理的技能
 - ◆ 计划制定的技能
 - ◆ 减少干扰的技能
 - ◆ 避免拖延的技能
 - ◆ 委婉拒绝的技能
 - ◆ 会议管理的技能
- 时间管理工具
 - ◆ 甘特图
 - ◆ 工作计划表
 - ◆ “不处理”清单
 - ◆ 索引卡／即时贴法
 - ◆ 盘点法
 - ◆ 名片整理法

◆ 不断更新

锯用久了会变钝，锯齿不再能锯断木头。人也需要不断从情感、心智、生理和心灵四个方面提高自己并平衡发展，才能更好地加强所有习惯的有效性，以百倍的信心迎接工作和生活的挑战。

- 个人更新与学习型组织
 - ◆ 学习型组织 V.S 传统组织
 - ◆ 心灵、心智、身体、社会情感不断更新
 - ◆ 学习型组织中个人与企业的关系
 - ◆ 学习型组织是未来企业的核心竞争力
 - ◆ 个人学习 V.S 组织学习
 - ◆ 如何创造三赢的成长氛围

- 对自己的行为和态度负责并承担责任，而不是抱怨别人或找借口推卸责任。
- 在工作和生活中培养良好的习惯并保持产出与产能的平衡
- 能够协调和平衡对工作的关心及对他人关心、帮助，为他人着想。
- 学会有效的自我管理、自我领导，在人际关系中有效的运用双赢思维。