

# 高效能职业人士的七个习惯

## 课程背景：

身处变革的时代，无论是资深职场人士，还是新入职新兵，快速提升自身职业素养，培养好习惯，刻不容缓！本课程采用风靡全球的美国“史蒂芬科维”专著《高效能人士的七个习惯》书籍为课程教材，课程从原则入手，遵循事物发展的顺序，逐一探讨高效能人士所需要具备的七种习惯，用思想带动行动，由行动而形成良好的习惯。修有依，行有力，最终贮备自身的能量，创造机会，迎接职场事业春天的到来！

## 课程收益：

- 1.端正思想，明确职业的定义，深度挖掘职场工作的意义；
- 2.突破思维定势，明确职业成功的路径，掌握基本的原则和方法；
- 3.操之在我转变观念，把握正确职场成功者心态。
- 4.以终为始，要事第一，个人目标、职业规划与组织目标如何统一。
- 5.识别蕴藏在人与人差异中的巨大潜能，并使之化为双赢的资源。
- 6.学会倾听，改善沟通，建立双向渠道减少管理内耗。
- 7.学会创造学习型人际关系的方法和与他人共赢的做事技能
- 8.高效管理自己，蓄能更新，与时俱进不断发展

## 课程优势：

课程源于史蒂芬柯维博士经久不衰的畅销商业管理书籍《高效能人士的七个习惯》。通过改变受训员工的工作态度和对人际关系的看法，而使全球数千万的组织发生变化。

本课程用简洁直白的语言归纳了成功的“原则”，用生动直观的教学方式使道易懂易学易操作。从而能够帮助学员在变革实践中运用和掌握这些技能技巧，设计自己目标，实现自己目标。

**学员对象：**企业中高阶主管、新晋经理人、管理骨干、基层管理者等。

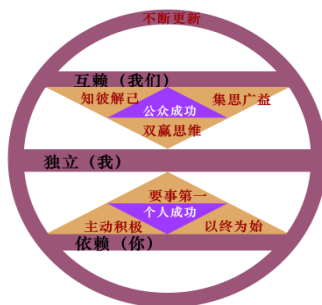
**授课时间：**2天、12小时

**培训形式：**



课程模型：

**高效能人士的七个习惯**



**课程大纲**

导言：解读“习惯、效能与效率”

- 1.看《建国大业》视频感悟
- 2.李宗仁与邓颖超的做事习惯

**第一讲：从依赖到独立-人生最重要的一公里**

**习惯 1：思维转换，发现全新自我**

- 1.职业的定义/发现工作的意义
- 2.知道与做到
- 3.卓有成效是可以学会的：效能=P/PC 的平衡
- 4.职业人的成熟渐进图，由内而外实现个人和人际效能

实战工具：职业成熟模型、观为得圈等

**习惯 2：主动积极-建立个人愿景的原则**

——当我们再也无法改变环境时，我们只能尝试改变自己

- 1.什么样的行为是消极的？什么样的行为是积极的？
- 2.管理者的选择自由：运用人的四大天赋做出回应

3.影响圈与关注圈，管理者关注的焦点

4.由内而外，放大影响圈

5.反求诸己，运用影响圈，做个阳光转型人，领导员工，改变态度

**实战工具：**刺激-回应模型、情绪 ABC、影响圈与关注圈、四大天赋 等

### **习惯 3：以终为始-建立自我领导的原则**

1.两次创造：开发右脑，心智创造决定实际创造；

2.目标制定的 5W 自问

3.企业愿景 VS 个人使命宣言

4.选择生活重心

5.目标分解金字塔和目标量化：管理者应该如何确定企业或部门的愿景？

6.如何处理员工的愿景(职业规划)与企业愿景（组织目标）之间的不同与差异？

**实战工具：**心智创造、个人使命宣言、SMART 原则、5W2H、BSC、墨菲定

### **习惯 4：要事第一-高效执行，建立自我管理的原则**

1.四代时间管理与时间管理矩阵；

2.大事 YES 小事 NO：

3.“当务之急”“与燃眉之急”？

4.管理者个人时间效能提升要诀

5.要事第一的 FABE 表达

6.管理者压力和情绪的自我调适；

**实战工具：**时间管理矩阵、80/20 法则、时间管理六步骤、FABE 要事第一工

## **第二讲：从个人成功到公众成功**

### **习惯 5：双赢思维-关于人际领导的原则**

1.情感账户 EBA：管理你的人际；

2.管理者的输赢六观，建立富足心态；

3.高效能的双赢协议：高效沟通的“上提下压、左迎右合”技巧

4.与下属建立互信关系，营造双赢对话氛围：

5.80、90 后部属的特点总结及剖析

**实战工具：**高效沟通的“上提下压、左迎右合”技巧、情感账户 EBA 等

### **习惯 6：知彼解己-关于同理心交流、有效倾听的原则**

1.学会替客户着想-先诊断后开处方；

2.不同性格沟通者的沟通技巧

3.高效能沟通的“听、说、问、动”

4.管理者 360 度(上、下、平级)有效沟通与跨部门沟通的原则；

**实战工具：**听三层三层听技巧、说三层三层说技巧

### **习惯 7：综合综效-关于创造性合作的原则**

1.管理者团队的角色认知与担当

2.识别我们队伍中的差异，寻找团队的合力资源

3.确定团队角色，发挥员工优势，创造第三方案

4.麦肯锡七步成诗法：着眼问题解决，群策群力，多部门协作共赢

5.高效团队管理的“三讲四化”-执行力的常见问题与对策

**实战工具：**共好精神、MBTI 人格分析、群策群力、问题解决七步法

**课程总结**