
时间管理培训课纲 主讲：李德

培训方式：理论讲授、录像案例、问卷调查、小组活动、大组交流、实例剖析、管理游戏

一. 时间导入 1.

录像案例. 时间是企业第一生命线.

- 《第五项修练》警示企业寿命越来越短.
 - 1、 现代企业管理重心是 “时间 ”
 - 2、 现代企业核心竞争力是 “快速应变能力 ”
 - 3、 企业必须强化时间管理. 提升应变能力..

- 小组 Teambuilding 活动

式、 时间导入 2.

经典理论. 杜拉克对“时间”的论述

- 1、 时间资源的特性
- 2、 时间的巴纳姆效应
- 3、 时间管理的新理念
- 4、 第一代至第三代时间管理的内涵

- 管理游戏. 24小时 “时间生命轮 ”

三. 柯维第四代时间管理

录像案例：L 经理的管理行为乱象

-
1. 时间管理的四象限理论.
 2. 什么是第二象限时间管理法
 3. 柯维第四代时间管理的精髓
 - 原则一、注重单位时间的价值
 - 原则二、超越时空
 - 原则三、学习与总结
 - 原则四、分清主次与提升效率
 - 原则五、系统管理
 - 原则六、以人为本
- 企业实例研讨并答疑.

四、如何执行第四代时间管理

- 1、第4代时间管理的七大执行步骤
 2. 贯彻第4代时间管理七步骤的要点
- **录像案例：M经理与第4代时间管理七步骤**
- 3、第四代时间管理应用实例剖析：
 - 如何解决第一象限“救火”问题
 - 如何贯彻第二象限“超越时间”与“KPI”
 - 如何处理第三象限“日常事务”
 - 如何迴避第四象限“紧急但不重要事件”，
- 情景练习. 第四代时间管理缸的应用练习**

五、第四代时间管理组合运用演示、

- 1.时间管理与目标管理〈KPI〉组合应用：
- 2.时间管理与职务分析组合应用：
- 3.时间管理与计划管理〈SMART〉组合应用：
- 4.时间管理与绩效管理组合应用：
- 5.时间管理与有效授权组合应用：
- 6.时间管理与制度化流程化管理组合应用：
- 7.时间管理与团队协作组合应用：
- 8.时间管理与职业规划管理组合应用

- **小组 Teambuilding 活动 (案例 + 实例 + 练习)**

六、OD”介冻-推进-再冻”. 时间管理变革练习

- 1、时间管理问卷调查
- 2、问卷分析、确定关键瓶颈
3. 分析关键瓶颈原因
- 4、制定突破瓶颈对策
5. 行动计划（3至6个月）

- **小组 Teambuilding 活动**

- **总结. 时间管理 12 项应用金律**