

高效能人士的七个习惯

讲师：隋海涛

[课程纲要]

[课程背景]

本课程的基本理念和原则来源于史蒂芬·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》。

史蒂芬·柯维博士被《时代周刊》评为“美国 25 个最具影响力人物”之一，《经济学人》杂志推举其为“最具前瞻性的管理思想家”。

[课程收益]

通过本课程的学习，将力争使学员实现以下收获：

- 积极主动，塑造阳光心态，乐观面对人生；
- 以终为始，清晰人生目标，学会自我领导；
- 要事第一，优化工作流程，强化自我管理；
- 双赢思维，做到利人利己，和谐职业关系；
- 知彼解己，善于换位思考，高效顺畅沟通；
- 统合综效，尊重包容差异，开展创意合作；
- 不断更新，能够反求诸己，拓展生命格局。

[课程对象]

中高层管理者、基层部门经理、企业全体员工

[课程时长]

2天6小时/天

课程大纲

[引言]

- 由内而外全面造就自己，为圆满人生做准备
- 掌握选择的自由

习惯一：积极主动

1. 人类四项独特的天赋
2. 团队成员之间消极被动行为的危害
3. 是什么决定了你的回应方式；
4. 解决问题的第一步在于改变我们的习惯
5. 影响圈与关注圈：缩小关注圈扩大影响圈
6. 改变能够改变的

习惯二：以终为始

1. 以终为始的思维优势
2. 生命愿景：“三十而立”与“君子不器”

3. 耶鲁大学的实验：今天的目标，影响着未来的成果
4. 今天的目标，决定了哪里是你的起点！
5. 目标管理模型
6. 谁是你一生中最重要的领导

习惯三：要事第一

1. 确认优先级的误区
2. 目标为导向管理时间
3. 时间管理的四个象限及其特点
4. 怎样将事情或任务有效分布在四个象限中？
5. 要事第一的秘诀——有效授权

习惯四：双赢思维

1. 六种人际关系模式
2. 双赢思维找到互惠解决方案。
3. 利人利己五要领
4. 构建双赢人际关系的策略

习惯五：知彼解己

1. 一个重要概念——情感账户。
2. 沟通增进情感账户余额
3. 高情商的沟通习惯
 - a) 同理心沟通
 - b) 先理解别人，再争取别人理解自己
 - c) 以寻求理解为宗旨去聆听别人

d) 创造双向沟通环境

4. 沟通不良的四大沟通障碍。

5. 同理心沟通的五个步骤。

习惯六：统合增效

1. 统合增效的精髓是 $1+1>2$ ；

2. 统合增效谈的是集思广益；

3. 统合增效的难点在于处理好“人与人之间的差异”；

4. 高情商的人际关系模式是珍视差异；

5. 统合增效就是创造第三种选择（发现第三替代方案）

习惯七：不断更新

2. 自我更新的四个面向

3. 不断更新的成长原则

4. 最佳的自我投资策略

1) 可直接控制的问题的处理原则

2) 可间接控制的问题的处理原则

3) 无法控制的问题的处理原则