

高效能人士的七个习惯

杨辉（2天）

课程背景

当今世界，科学技术飞速发展，一种商业模式迅速诞生不过短短几年时间，便被新出现的商业模式迅速推翻，变化的速度越来越快，令人目不暇接。唯一不变的事物就是不停地变。

组织时刻面临快速增长、行业竞争、体制改组、机构兼并以及客户需求转变等激烈挑战，有些组织还面临个人、团队和部门反应迟钝、缺乏信任、沟通不善和效率低下的危机。

速成办法解决不了问题；微小的改变也产生不了根本作用，只有那些致力于为高效能员工建立坚实基础的组织才能稳定地、成功地迈向目标。

个人在仅仅凭学校里学到的那点知识明显是不够的，必须保持良好的习惯每天努力学习和工作，方能面对变幻莫测的变局，方能和组织一起，在纷乱的形势中争取到胜利的可能。

本培训课程通过帮助个人发现、应用恒久的基本行为原则，提供实用途径来解决企业发展、个人生活和职业所面临的挑战。

课程中所教授的原则和方法将帮助学员面对真正的挑战，适应急剧变化的环境、解决真正的问题并带来真正的效果，最终引导学员培养出真正的由内而外的建立在品格和能力之上的能被他人充分信任的能力。帮助学员在成就自我的同时，有效完成组织所赋予的使命和任务。

课程收益

- 1.提高个人面对新的挑战 and 承担责任的勇气，在共同的使命、愿景和目的鼓励下，鼓励个人采取积极的行动和优化组合，团队相互联合，力争完成每一个项目，帮助学员在成就自我的同时，有效完成组织所赋予的使命和任务
- 2.鼓励创造解决冲突的办法；帮助个人寻求有利于双方的解决办法；提高集体动力
- 3.通过培养聆听的技巧，促进更深了解和沟通，由此提高相互之间信任程度，减少管理内耗
- 4.学习团队其他成员的长处，利用多样性的特点，发现比"你的"或"我的"办法更好的解决途径，培养团队协作的合作意志
- 5.确保持续性的更新，防止筋疲力尽的工作或生活方式，掌握正确的成功的方法与规则，通过不断改善人的素质，提高组织效率

课程对象：企业各级管理人员、助理、秘书、储备干部、员工

课程特色：课堂讲授+案例分析+视频分析+小组讨论+互动演练，突出实战性与实用性

课程大纲

第一章 理解高效人士的七个习惯

一、改变自己适应环境，迎接日新月异的变化

- 1、对比：迅速变进步的人世间万物
- 2、小组讨论：组织与员工面临的变化与挑战
- 3、如何应对变化和挑战

二、观念转换，由内而外的改变自己

- 1、观念是行为和态度的根本，我们的言行受观念的支配
- 2、课程的各模块促进我们观念转移，从而改变我们的态度和行为

三、养成七个习惯的基本原则

- 1、七个习惯简介
- 2、品格与做人技巧
- 3、领导力的四个层面
- 4、持续成熟模式图
- 5、原则、思维与流程

四、如何学习本课程

- 1、成长的三个层次：依赖——独立——互赖
- 2、课程七大准则相辅相成，循序渐进

第二章 习惯一——主动积极

- 一、人类四项独特的天赋
- 二、认知被动反应，团队成员之间消极被动行为的危害，培养主动积极的反应
- 三、面对工作压力和环境的变化◆是什么决定了你的回应方式
- 四、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
- 五、影响圈与关注圈，重点放在影响范围上
- 六、如何扩大你的影响范围，找到你的竞争优势
- 七、可直接控制的问题的处理原则
- 八、可间接控制的问题的处理原则
- 九、无法控制的问题的处理原则

第三章 习惯二——以终为始

- 一、人生因梦想而伟大 以终为始的思维优势
- 二、拟出愿景和目标，重塑自己的人生之路
- 三、用目标指导行为，建立个人和组织的使命宣言，影响着未来的成果
- 四、人生除了目标，还有目的 决定了哪里是你的起点
- 五、人如何善用自已的左右脑
- 六、谁是你一生中最重要的领导

【工具】目标管理模型

第四章 习惯三——要事第一

- 一、要事第一如何定义，学会规划、清理和算账
- 二、如何确认优先级别事宜：学习区分和平衡重要性和紧急性
- 三、在目标和事情这两个层面中，哪一个层面应优先处理
- 四、怎样以目标为导向的管理时间：集中精力于有利于使命、愿景、价值观和目标的活动
- 五、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
- 六、怎样做到有效地活在第二象限
- 七、成功管理者的秘诀——有效授权

【情景模拟】个人行动计划手册的制定

第五章 习惯四——双赢思维

- 一、六种人际关系模式
- 二、如何运用双赢思维，找到有利于双方的的解决方案
- 三、什么是双赢思维的人际观
- 四、不同人际观的成熟度
- 五、利人利己五要领
- 六、理解双赢思维的要素以及怎样运用，构建双赢人际关系的策略
- 七、学习怎样运用双赢思维的四个方面

【情景模拟】赢越多越好

第六章 习惯五——知彼解己

- 一、沟通的实质：同步
- 二、一个重要概念——情感账户
- 三、如何通过沟通增进你与他人的情感账户余额
- 四、高情商的沟通习惯
 - 1.同理心沟通的习惯
 - 2.先理解别人□再争取别人理解自己的习惯
 - 3.以寻求理解为宗旨去聆听别人的习惯
 - 4.创造双向沟通环境的习惯
- 五、怎样避免自传式回应
- 六、沟通不良的四大沟通障碍
- 七、同理心沟通的五个步骤

第七章 习惯六——统合增效

- 一、发现统合增效的精髓： $1+1>2$
- 二、统合增效谈的是集思广益，运用双赢思维 and 同理心去倾听
- 三、统合增效的难点在于处理好“人与人之间的差异”
- 四、高情商的人际关系模式是尊重差异
- 五、统合增效就是创造第三种选择，发现第三替代方案
- 六、在谈判中寻找第三替代方案的解题模型

【情景模拟】月球求生之旅

第八章 习惯七——不断更新

- 一、什么是持续更新的习惯
- 二、自我更新的四个面向
- 三、不断更新的成长原则 不断更新，避免职业倦怠
- 四、最佳的自我投资策略

第九章 习惯的养成

- 一、产出和产能平衡的原则（P/PC 平衡）
- 二、习惯的养成：见地、修证和行愿
- 三、课程总结与心得交流

四、拟定行动计划