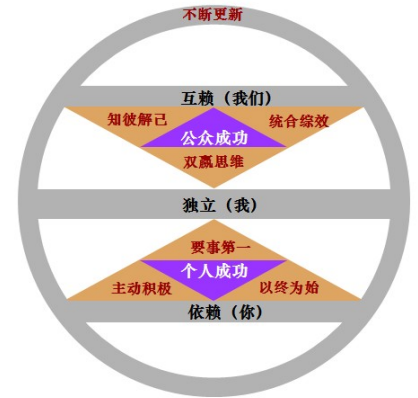


高效能人士的七个好习惯

□

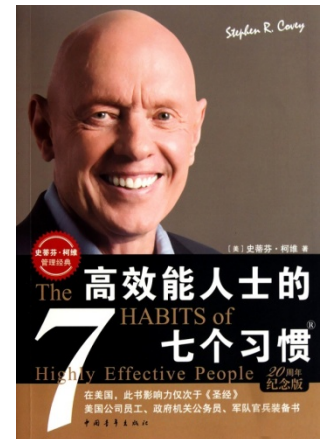
【课程背景】

身处不断变化的时代，迎接变化的最好手段便是回归基本面，无论是资深职场人士，还是菜鸟新兵，快速提升自己的职业素养，选择对自己负责、主动积极，已刻不容缓！《高效能人士的七个好习惯》这个课程从原则（即自然法则或客观规律）入手，逐一阐述职业人成功所需要具备的各种习惯，用思想带动行动，由行动形成良好的习惯。修有依，行有力，职场人通过不断修炼七个习惯，完成职业化转型，即可最终实现职场成功，获得人生幸福！



【课程收获】

- 培训目标 1：认识成功的原则，掌握学习的方法
- 培训目标 2：转变观念，把握正确的成功者心态
- 培训目标 3：选择自己个人发展和事业生涯中的重大目标
- 培训目标 4：把生命中最宝贵的时间和精力投入到最重要的事情上
- 培训目标 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
- 培训目标 6：学会倾听，改善沟通，建立双向渠道减少管理内耗
- 培训目标 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



培训目标 8：树立不断学习的习惯，不断更新提高效能

【课程优势】

✓ 课程的基本原则源于史蒂芬·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》。这个培训课程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。

✓ 该培训项目已经成为亚洲地区许多跨国企业和本地公司员工培训计划中必不可少的核心课程。作为全球最受欢迎的培训课程之一，它在世界各地都深获好评。该培训课程将使你的思考和行动方式发生变化，从而帮助你取得更大的成就。

【课程特点】

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理易懂易学易操作。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，设计自己的目标，实现自己的目标。

【学员对象】 企业中高层管理者、部门主管、骨干员工

【课程时间】 6-12 课时（1-2 天）

【课程形式】 教案讲授、案例分析、视频讨论、自我测验、角色扮演、小组讨论等

【课程大纲】

第一部分：重新探索自我（我们先形成习惯，然后习惯支配我们）

- 品格与技巧
- 成功是习惯的结果，习惯确立的 3 个因素
- 效能=P/PC 的平衡，即产出与产能的平衡
- 观念的转变，职业角色转型
- 人的成熟渐进图（成熟的三个阶段和七个习惯的逻辑关系）

第二部分：个人领域的成功（从依赖到独立）

▣ 习惯一 主动积极（不是事情本身，而是我们选择的回应决定着我们）

- 被动消极的危害与职场四大癌症
- 刺激与反应之间，在选择中运用人的四大天赋做出回应
- 情绪 ABC
- 练习：主动积极的语言
- 团队互动：如何达到总理想要的结果
- 我是一切的根源——主动积极的人生态度
- 影响圈与关注圈（用我的影响圈改变我的关注圈）
- 做个转型人——自己生命的主人

▣ 习惯二 以终为始（对于没有航向的船来讲，任何风都是逆风）

- 任何结果都是两次创造：先构思再行动
- 选择生活的重心——管理现在始于管理未来
- 个人使命宣言制订原则及步骤
- 如何制定目标并且有效的执行
- see-do-get：目标管理模型
- 练习：为不同角色确定目标
- 游戏体验：目标是如何实现的
- 不同时期的目标制定，易经的管理智慧

▣ 习惯三 要事第一（不是时间的主人，就是时间的奴隶）

- 定义要事才能管理要事

- 时间管理的矩阵
- 案例：乱了头绪的经理人
- 对大事说 YES 对小事说 NO
- 20-80 法则，关注聚焦于第二象限
- 视频：要事第一
- 练习：张经理的一天
- 个人时间效能提升要诀

第三部分：公众领域的成功（从独立到互赖）

▣ 习惯四 双赢思维（世界之大，人人都有立足空间。他人之得不必视为自己之失）

- 情感账户与职场第一法则
- 与人交往中的六种输赢思维
- 双赢的三种心态
- 双赢的五个要领：品格、人际关系、协议、制度、流程
- 与人方便自己方便

▣ 习惯五 知彼解己（你有两只耳朵却只有一张嘴巴）

- 沟通的挑战和障碍
- 先诊断后开处方
- 倾听的五个层次
- 同理心沟通技巧
- 高效沟通七种武器

▣ 习惯六 统合综效（我们都是只有一只翅膀的天使，抱在一起才能飞翔）

- 统合综效的目的：1+1>2
- 互动：感受团队力量
- 团队的定义及特征
- 珍惜差异，彼此增值
- 识别我们队伍中的差异，寻找我们的合力资源，测评工具九型人格
- 创造第三方案（1+1>2）的操作模式
- 实战：跨部门协作不配合工作怎么办

第四部分：自我提升和完善

▣ 习惯七 不断更新（磨刀不误砍柴工）

- 四个方面的不断更新
- 个人产能的提升
- 五种高效学习方法介绍
- 量化学习的具体做法与策略
- 反求诸己，内圣外王