

《高效能人士的七大习惯》

■为什么要学习本课程：

在这个充满挑战的年代里，情况瞬息万变。有些变化是积极的，迫使我们随之自己的生活方式和思维习惯。但是，另一些却让我们感觉不安、困惑和无能为力。《高效能人士的七大习惯》提供了一个可以锚定我们生活的港湾——让我们在多变的世界中有一种稳定感，因为这些习惯的基础是普遍、永恒、不证自明、提高效能的原则。如果你愿意付出必要的努力以真正理解并应用这七大习惯和原则，你将发现自己的时间和活动越来越由自己控制，而你的生活也变得更丰富、更快乐、更有成就感。你将注意到自己的发展和改善在加速，还会发现自己的感情力量和自我约束也在加强，你将看到自己的人际关系的质量和效能在每个方面都在改善。

因此，面对本课程，你没有理由不给自己一次机会！

■谁该学习本课程：

总经理、副总经理、部门经理、人力资源工作者、以及追求高效能的各行业职业人士

■通过本课程您将学习到：

- √ 什么是习惯
- √ 高效能人士七大习惯的具体内容
- √ 七大习惯的内在关系
- √ 如何将七大习惯化为内在的品质

√ 个人和职场问题的解决方案，如何保持公平、正直、诚实和尊严。

√ 如何制定目标、改善人际关系、开辟一条使生活更据效能的道路。

课程大纲

第一部分：思维模式和处事原则

- 1、思维模式
- 2、处事原则
- 4、人的成熟渐进图
- 5、七大习惯概论

第二部分：个人的成功

习惯一：积极主动——个人愿景的原则

- 1、选择的自由
- 2、采取主动
- 3、变是一种选择
- 4、永远把握选择，永远对自己的选择负责
- 5、在选择中运用人的四大天赋
- 6、用我的影响范围改变我的关注范围

习惯二：以终为始——自我领导的原则

- 1、生命的体验
- 2、找到我们想要的“终极结果”
- 3、任何结果都是两次创造：心理创造决定物理创造
- 4、选择以原则为生活的重心
- 5、人生使命写作练习

习惯三: 要事第一 —— 自我管理的原则

- 1、时间管理理论的发展演变
- 2、时间管理的矩阵
- 3、对大事说 YES 对小事说 NO
- 4、要事管理的六项标准
- 5、列出你每天最重要的六件事情

第三部分：公众的成功

习惯四: 双赢思维——人际领导的原则

- 1、人际关系的六种模式
- 2、双赢的误区
- 3、双赢是一种选择
- 4、双赢是一个人与组织的共同出路

习惯五: 知己解彼——沟通的原则

- 1、同理心的应用
- 2、倾听在沟通中的作用
- 3、沟通的障碍——四种自动式回应
- 4、倾听的神奇效应
- 5、有效沟通

习惯六：系统思考——创造性合作的原则

- 1、合力大于分力之和
- 2、珍惜差异、尊重差异
- 3、识别差异，寻找我们的合作资源

4、沟通的层次，开辟变通方案

习惯七：不断更新——平衡自我更新的原则

1、抹去心灵的尘埃——精神之旅

2、磨练自己，不断更新

第四部分：现在又该如何

1、 一个自我更新计划

2、 内心恢复更新的五个步骤

3、 简化生活的四个易行方法

4、 开始按七个习惯生活