

# 高效能人士的七个习惯

## 【课程背景】

习惯是长时期养成的不易改变的动作、生活方式、社会风尚等，广义的习惯不仅仅是动作性的、生活方式性的或社会风尚性的，还包括人类所有的优缺点。养成好的习惯会成就一个人，形成坏的习惯可能会毁掉一个人！

本课程就是要教会学员以原则为中心建立自己的人生坐标，将改善自己的心智模式、进行道德完善作为不断发掘事业成功、追求恒久幸福的源泉，在以人为本思想指导下管理自己的行为，实现从依赖到独立，再从独立到互赖的过程。

高效能人士中的七个习惯是一个整体，它们相辅相成，既讲到了个人要全力以赴确立目标，进行个人修炼，并由依赖转向独立，从而实现"个人成功"。也讲到了要通过建立共赢，换位沟通，集思广益等，促进团队沟通与合作，实现人际成功。而不断更新更是涵盖了前六个习惯，督促我们从身心开始完善，"不断更新"的创造，会使每一个人走向成功的彼岸。

## 【课程目标】

- 1、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；
- 2、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；
- 3、设计自己开拓进取，蓄能更新的目标；
- 4、学会倾听，改善沟通，建立双向渠道，减少管理内耗；
- 5、创新观念，掌握正确的成功的方法与规则，培养团队协作的合作意志。

## 【课程对象】

本课程适合企业所有员工。

## 【课程大纲】

前言：七个习惯的重要概念

- 观念的转变
- 品格与技巧
- 原则与价值观

- 成功是习惯的结果
- 个人成功到公众成功 (成熟的三个阶段与七个习惯)
- 效能平衡：产出与产能的平衡
- 情感账户

### **习惯一：积极主动**

- 积极心态与消极心态
- 在选择中运用人的四大天赋做出回应
- 影响圈与关注圈
- 扩大你的影响圈
- 主动承担责任
- 做个转型人

### **习惯二：以终为始**

- 以终为始的思维优势
- 任何结果都是两次创造：心理创造决定物理创造
- 选择生活的重心
- 个人使命宣言制订
- 如何制定目标并且有效的执行

### **习惯三：要事第一**

- 理解时间
- 录像：乱了头绪的经理人
- 工作与生活中的时间杀手
- 定义要事才能管理要事
- 第四代时间管理的矩阵
- 投资第二象限
- 有效的拒绝与授权

### **习惯四：双赢思维**

- 人际关系六相
- 双赢的思维
- 什么是双赢思维的人际观
- 双赢的五个要领：品格、人际关系、协议、制度、流程
- 提升你的思考格局，构建双赢人际关系

#### **习惯五：知彼解己**

- 先诊断后开处方
- 沟通不良的四大弊病
- 先理解别人，再争取别人理解自己的习惯
- 创造双向沟通环境的习惯
- 同理心沟通的五个步骤
- 沟通中的时/地/人原则

#### **习惯六：统合增效**

- 什么是综合综效
- 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
- 创造第三方案（ $1+1>2$ ）的操作模式

#### **习惯七：不断更新**

- 投资自己
- 自我更新的四个面向
- 组织更新的四个方面
- 不断更新的成长原则
- 七个习惯的相辅相成