

中层领导力

《高效能自我管理》

主讲：石林萍

【课程背景】

李嘉诚说：很多人的状况不如意和人生失败，本质上都是自我管理的失败造成的；冯仑说：伟大就是管理自己；“一个真正好的领导人，对待自己非常严格，这是很痛苦的事，自己如果克服不了自己，想征服天下，是不可能的”。可：

为什么管理者永远那么忙，而感觉下属很清闲呢？

为什么交代给下属的任务，下属不能按时完成呢？

为什么总觉得时间不够用，有好多事情要做呢？

为什么总是控制不住自己的情绪？

如何理解作为管理者身上管理和领导的角色分配？

如何让我们更加清晰的认知自己？

如何管理我们的情绪？

如何做到更好的精力管理？

如何让习惯很好的坚持下来？

如何进行高效授权？

如何理解工作和生活的平衡？

最高的管理学就是管理好自己，管理好自己的思想和情绪，本堂课将从道法术层面剖析如何更好的认知自我，做到高效能自我管理。

【课程目标】

- 1.明确管理者的普遍职责
- 2.明确团队领导扮演的角色
- 3.了解角色分配，梳理人生重要角色
- 4.了解习惯的力量，如何让习惯影响人生
- 5.学会高效授权
- 6.掌握时间管理的诀窍
- 6.通过情绪管理，制造良好的文化氛围，塑造被人尊重和信任的领导力

【课程对象】

中、高层管理者

【课程时长】

1-2天（6小时/天）

【课程形式】

讲解、互动、案例分析、活动参与。

【课程特色】

1.实战

以提高实际操作能力为主导，突出实战性，打破传统的单向教学模式，注重实际操作，运用案例研讨、影视重现、互动分享、情景模拟等各类形式，使学员在轻松快乐中感悟，学以致用。

2.实操

授课过程中和学员高密度互动分享及适量的主题游戏，让学员完全融入其中，现场操作性和互动性极强，打通思想和操作落地相结合。

3.实效

授课老师结合多年管理经验，穿插管理案例，通过情境再现，使学员有效建立更开放更有效

的沟通交流能力；建立深刻的关系认知，与自己的关系，他人的关系和社会的关系。

【课程大纲】

引言篇

开场思考：

领导力可以复制吗？

基层、中层和高层分别看重什么技能？

课程设计结构

1.一道：阴阳/文化和机制

2.二力：领导力和管理力/感性和理性

3.三事：自己的事、他人的事、老天的事

4.四关系：与父母、与自己、与他人、与系统

【思维认知】

21项领导力行为习惯

第一篇：管理内涵

思考：管理者的行为等于什么

员工的执行力等于什么

1.管理者的普遍职责

1)职责一：达成目标

2)职责二：制造人才

3)职责三：打造品牌

4)职责四：传播文化

2.管理和领导的区别—驱动力不同

1) 管理—怕

2) 领导—尊重和信任

3.如何从管理走向领导

1) 别人之所以听你的，是因为别人不得不听你的

2) 别人之所以听你的，是因为别人愿意听你的

3) 案例解析

4.游戏改变领导力

1)共同目标

2 及时反馈

3)明确规则

4)自愿参与

第二篇：角色定位

思考：角色在不同场景中问—面对的是谁？在什么地方？

互动：卓越的团队领导者扮演什么角色？

1.管理者角色—宏观看

1) 领导

2) 管理

3) 执行

2.管理者角色—微观看

1) 作为上司的角色定位

2) 作为下属的角色实定位

3.在生活中的角色定位

互动：角色饼图-生活角色分布

第三篇：效能管理

思考：那么多角色精力如何分配？工作和生活可以实现平衡吗？

1.精力管理

1) 精力的来源

2) 如何做最好的精力管理？

仪式习惯-简单选择-善用工具-专业人士帮助-给时间定价-恢复精力

3) 精力管理系统

2.时间管理

1) 时间四象限

2) 对人 OR 对事/长期利益 OR 短期利益

3) 5 分钟工作法

3.授权管理

1) 学会高效授权五步法

2) 授权话术

第四篇：情绪管理

1.情绪种类

2.情绪处理方法

1) 感性情感处理法

2) 理性情感处理法

3.员工为什么会离职？

1) 反应情绪的三叶草模型

2) 从自我和角色的角度如何看待情绪

