

# 高效人士的七个习惯

## 【背景介绍】

面对变动与竞争的世界，企业管理者遭遇的压力与挑战与日俱增，虽然我们都想要把事做好，并且创造更高的绩效与成就，然而，成功一定要有方法；人的行为受习惯的影响最大，而习惯是具有三个相互重叠的成分的行为模式：愿望，知识和技巧。因为这三个成分是学来的，所以高效能的习惯也可以通过学习获得。把这些习惯应用在工作生活中，以达到共同的成就。

一个人持续成熟所显示的各项修炼是相互关联，相互依赖和连续的，其有效性的提升始于自我管理、自我约束和自我完善，成于有效地激励他人、带领他人和整合团队；当然，经理人必须自己先做一个高效能的人，然后才能有效地带领他人。

本课程经由实践体会，对于管理者（职业经理人）从心开始，由内而外、循序渐进建立正确的习惯，将有助于迈向人生的成功境界，达到个人成功与组织成功的双赢境界。

**【培训课时】** 1天（依据不同时间要求匹配不同模块内容）

## 【授课方式】



## 【课程目标】

- 改变工作态度和思维方法，减少抱怨，学会承担责任
- 找准企业及个人的目标、使命，为使命而奋斗
- 分清轻重缓急，优先完成主要任务，提高工作效率。
- 培养双赢思维的人际关系及沟通技巧
- 学会接受不同意见，珍惜差异
- 学会自我投资，不断成长，迈向成功

## 【详细内容】

## 壹、变化的世界、成功的思维

变化的世界

观念转变和人的行为改变循环

成功人士的习惯

效能的原则~产出与产能的平衡

讨论：我们的挑战？

## 二、主动积极、勇担责任

主动积极的意义

- 每个人为自己的选择负责且拥有选择的自由
- 我要为自己的行为及我选择的人生负责
- 我要透过主动积极来扩大自由度及影响圈
- 认清被动消极之限制
- 开发主动积极的响应
- 增加个人的影响圈

主动积极者有什么特质？

人类四大天赋

如何对自己负责？

探讨：自己选择的自由

## 三、以终为始、明确目标

使命在心的意义

- 心智创思是生命行动的起源
- 我有能力选择自己未来并创造愿景
- 在采取任何行动前，先创造心智上的结果

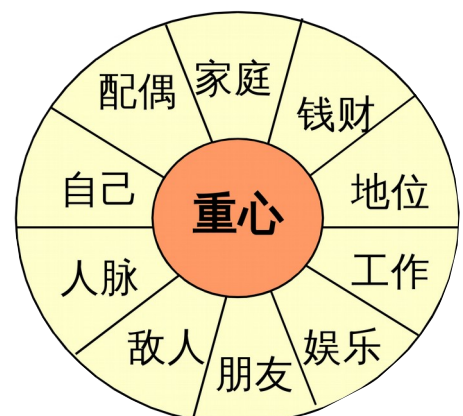
建立个人及组织使命宣言

前瞻思考所要达成的使命与价值

Think：你生活的重心在哪里？

以原则为重心

- 原则是核心的想法，不变的坚持



- 原则可协助每个人跳出情绪及环境影响因素，协助做自主 思考
- 原则协助你做最佳之选择

个人使命宣言之益处

练习：使命宣言

#### 四、要事第一、忙出意义

要事第一的意义

- 效能来自重要的人际关系、角色、活动之平衡
- 要注意重要的事，不受细微事干扰
- 以自我的影响范围改善效能产出/产能之平衡
- 做要事而非急事
- 专注于真正重要事件
- 关注时间矩阵第二优先之项目
- 规划每周时间，逐日实践

练习:要事第一

#### 五、双赢思维、你我共赢

双赢思维的意义

人际互动的六种思维

建立双赢关系

体验：跨部门沟通与双赢思维

#### 六、知彼解己、双向沟通

知彼解己的意义

同理心倾听回应五步骤

#### 七、统合综效、珍惜差异

统合综效的意义

对统合综效的正确认知

统合综效之步骤

#### 八、不断更新、自我投资

透过不断开发产能(资源)来创造产出(结果)

透过持续开发及更新个人资源来创造投入/产出之平衡

更新的四个方面

螺旋上升