



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。



内圣外王，塑造高效能的职场精英！

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》。

同时结合 **中国文化内涵**，让课程内容更深刻、更落地。这个培训课程通过改变参训员工的工作态度

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。

【培训对象】 全员

【课程特点】 案例丰富、寓教于乐、互动性强

【授课形式】 课堂讲授、脑力激荡、互动游戏、课堂练习、课后作业

【授课时间】 1-2 天（6H-12H），可根据实际时间调整

【课程收益】

★ 培养习惯，掌握习惯培养的系统方法

- ★ 转变观念，选择的自由，成就为结果负责的主动积极的人
- ★ 寻找使命，用使命成就人生，用目标指导工作与生活
- ★ 要事第一，学会把握时间方法和工具
- ★ 实现双赢，掌握双赢思维重要性，立人立己
- ★ 改善沟通，掌握同理心沟通技巧，提升人际效能
- ★ 加强协作，增强协作意识，创造团队卓越业绩
- ★ 终生学习，树立不断学习的习惯，不断更新提高效能

【课程大纲】

第一部分 重新探索自我

1. 改变从心开始
2. 建立一种思维：内圣外王
3. 把握两个概念：效能、习惯
4. 人的成熟渐进图

第二部分 个人的成功：从依赖到独立

习惯一：主动积极

1. 什么是积极？
2. 刺激/反应：四大天赋在反应中应用
3. 我是一切的根源
4. 山不过来，我就过去
5. 增加个人的影响范围
6. 随时运用知行心法进行选择

课堂练习：刺激反应与影响圈

习惯二：以终为始

1. 心智创作在实体创作之前
2. 我是我认为的我
3. 不是不可能，只是暂时没有找到方法
4. 寻找个人及组织的使命
5. 目标的重要性及设定与实现

课堂练习：确定使命，规划人生蓝图

习惯三：要事第一

1. 要事第一的个人管理
2. 有效地生活在第二象限中
3. 80/20 法则
4. 练习一周规划

第三部分 公众的成功：从依赖到互赖

习惯四：双赢思维

5. 红黑游戏：体验双赢
6. 人际交往中六种输赢思维
7. 情感账户与职场第一法则
8. 双赢的品格

习惯五：知彼解己

1. 沟通的障碍与挑战
2. 先诊断后开药方
3. 倾听的五个层次
4. 同理心沟通技巧

课堂练习：三人组沟通练习

习惯六：统合综效

1. 1+1>2 的精髓
2. 有歧见才有收获
3. 短中见长之术
4. 创造第三方案（1+1>2）的操作模式

课堂游戏：

第四部分 不断更新

养生真解：养护生生不息的状态

习惯七：不断更新

1. 最佳的『自我投资策略』
2. 自我更新及完善四个方面
3. 四方面提升方法
4. 圆满人生解析

回顾总结