

# 《目标管理与自我认知》沉浸式体验培训

## ——在体验中培养目标思维

主讲：崔洋

### 课程前言

能源,用之不尽,取之不竭？

真的是这样吗？

倘若一切消失,我们如何生存？

人类延续的基础,怎能容忍各种“破坏”。

停手,最好的救赎,继续,则接受毁灭。

#### 【课程背景】

火箭飞向月球需要一定的速度和质量。科学家们经过精密的计算得出结论：火箭的自重至少要达到 100 万吨，而如此笨重的庞然大物无论如何也是无法飞上天空的。因此，在很长一段时间里，科学界都一致认定：火箭根本不可能被送上月球。直到有人提出“分级火箭”的思想，问题才豁然开朗起来。将火箭分成若干级，当第一级将其它级送出大气层时便自行脱落以减轻质量，这样火箭的其它部分就能轻松地逼近月球了。分级火箭的设计思想启示我们：学会把目标分解开来，化整为零，变成一个个容易实现的小目标，然后将其各个击破。这不失为一个实现终极目标的有效方法。

《能源 2055》沉浸式体验培训，让员工通过沙盘推演的沉浸式体验，从中感悟到目标的重要性，意识到非明确的目标是可以让你的计划功亏一篑甚至一落千丈，课程中真正做到了寓教于乐，让员工主动参与学习、积极分享，从沙盘推演中认识到学习目标的重要性。

此外，通过推演后复盘，能够帮助员工意识到，目标不仅仅出在公司战略层面，每一个部门、每一位员工，甚至在生活中每一个家庭成员都会对目标的不同意造成企业内耗、资源消耗等等，而这些目标的意识到对目标认知的提升都要从自身做起。

#### 【课程特点】

《能源 2055》沙盘模拟培训课程具有互动性、趣味性、竞争性、逻辑性，能够最大限度的调动学员的学习兴趣，使学员在培训中处于高度兴奋、高度集中的状态，充分运用听、说、学、做、改等一系列学习手段，并充分调动感官功能和逻辑思维，对所学的内容形成深度记忆，更重要的是能够将学到的思维和方法很快地运用在实际的工作中。让学习更实用、更高效、更落地。

#### 【课程收益】

通过对 TC 关系模型的学习，可以获得以下收获：

- ① 通过模拟沙盘课程的推演，学习“TC 认知关系模型”，以达到固有思维的转变和提升；
- ② 在模拟沙盘推演中，不仅仅能够学习目标如何管理，更能学习到面对众多目标时如何区

分本质目标和表象目标；

③ 该沙盘分为5个阶段完成，在前三个阶段中参与学员可以通过模拟能源的研发与人才储备环节深刻体会到目标核检的实际落地方法，同时结合已有工作进行细化与总结；

④ 通过全天课程的推演，使学员能够通过 TC 关系模型来提升自己目标、对工作、对任务认知和思考；

课程时间：2天，6小时/天

课程对象：想提升目标管理、想改善目标制定不顺畅的各层级人群

课程方式：沙盘推演+沙盘复盘+案例分析+小组讨论+工具分享+现场演练

课程工具：《能源 2055》版权沙盘、TC 关系模型工具等

参与人数：30人为佳，极限40人

场地要求：50人以内约70-100平米

### 【课程流程】

类别	课程时间	课程单元	课程内容	课程形式
第一天	8:30-9:00	签到入场	签到入场	主办方引导
	9:00-9:30	课程导入	课程讲授与沙盘概述	讲师讲授
	9:30-11:00	单元一	课程、工具、模型导入	
	11:00-12:00	单元二	规则讲解及练习	
	14:00-15:30	单元三	第一阶段：认知的产生：农耕时代(穿插模型使用与练习)	
	15:30-17:00	单元四	第二阶段：认知的觉醒：化工时代(穿插模型使用与练习)	
第二天	09:00-10:30	单元五	第三阶段：目标的制定与纠偏：多元时代(穿插模型使用与练习)	
	10:30-12:00	单元六	第四阶段：目标的分解与下	

		落：粒子时代(穿插模型使用与练习)
14:00-17:00	单元七	1、复盘分享与点评； 2、沙盘整体回顾； 3、沙盘落地与工作对接 4、剥离沙盘，练习工具使用

## 【2天课程大纲】

### 第一单元：热身活动

互动游戏《目标清晰吗？》

- 开场破冰及课程导入
- 公司组建
- 团队展示

### 第二单元：职业化心态转变

互动游戏：《你变了还是我变了》

#### 1、心态决定一切

(1) 你干这份工作是什么心态？

混；生存；生活；未来；等等…

#### 2、为何我这么M？（忙、盲、茫）

案例分享：《买土豆的故事》

#### 3、打造职场阳光心态

(1) 积极的心态：

(2) 谦卑的心态

(3) 学习的心态

(4) 感恩的心态

### 第三单元：规则导入

- 背景介绍
- 熟悉教具
- 目标管理、决策提升
- 规则讲解
- 目标管理与认知边界（认知对我们的影响与危害、认知对于公司业绩会产生哪些影响？）

### 第四单元：模拟推演与课程补位

#### 1、模拟推演---农耕时代

- 目标管理的定义
- 为何要制定目标（沙盘目标）
- 目标制定不畅有何危害
- 小节与复盘：为何你的能源跟不上研发进度。

**小节复盘：**对农耕时代做小节复盘与点评，引入认知模型，讲解框架内容，引出企业经营与战略决策的认知危害

## 2、模拟推演---化工时代

- TC 关系模型的使用
- TA 能给我带来什么？
- 分组决策能源研发方向与沙盘目标偏离吗？
- 人才储备与污染消减
- 小节与复盘：从研发进度看企业运营。

**小节复盘：**对化工时代做小节复盘与点评，引入认知模型，讲解自信来自原哪里，引出战略决策与战书决策的区别与决策自信的关系。

## 3、模拟推演---多元时代

- 分组决策能源研发方向
- 人才储备与污染消减
- 小节与复盘：自我认知在沙盘中的作用
- **小节复盘：**对多元时代做小节复盘与点评，深入认知模型，讲解自信与认知之间的关系，以及产生的危害，企业战略，部门战略，个人战略之间的关系并深入讲解认知度如何在企业中应用。

## 4、模拟推演---粒子时代

- 分组决策能源研发方向
- 人才储备与污染消减
- **小节复盘：**对粒子时代做小节复盘与点评（目标分解如何使用）

## 5、第五时代

- 分组决策能源研发方向
- 人才储备与污染消减
- 全面复盘：认知概念、认知应用
- 全面复盘：增加认知技巧、认知原则与认知使用注意事项

### 第五单元：认知思维重建与复盘分享

- 学员发言、讲师点评
- 复盘:认知概念、认知应用、认识技巧、认知原则、认知注意事项之间的关系；
- 讨论：结合自身的部门职责，采用哪一个认知原则可以有效避免认知误区带来的影响；
- 场景练习：各组通过给出的场景条件与因素，讨论哪一种场景是目标管理的危害范畴；
  - 1、企业方利益：改善沟通环境、增加收入、降低成本
  - 2、个人方利益：减轻压力、改善关系、个人成长、增加收入、提升地位
  - 3、其他方利益：改善关系、减少麻烦、增加收益、节约成本
- 沙盘总结，决策过程回顾记录