

2023

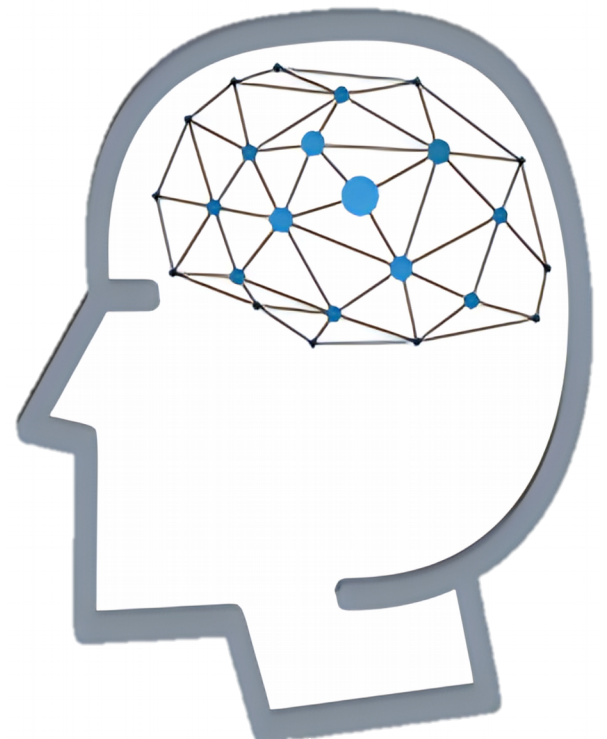


企业管理课程

Workplace application

# 高效时间与目标管理情景模拟沙盘课程

讲师 李宁 2023年1月



## 01、【课程背景】

这是一个情景管理模拟课程，每个小组都是一艘宇宙飞船上的成员，他们的飞船在吉塔行星上坠毁了，他们的任务就是在 21 天时间内运用有限的资源信息想办法生存下来。这个情景模拟生死攸关情况的体验中，探讨并学习目标管理的重要性及目标管理的方法工具；以及在有限的时间内如何高效完成既定目标。

## 02、【课程目标】

- 1、了解和熟悉目标管理体系的架构；
- 2、掌握常用的目标管理及时间管理的方法与工具；
- 3、提升目标管理与计划执行的执行能力，提高工作效率。

## 03、【课程时长】

1天（每天6小时）

## 04、【授课方式】

理念讲授、案例分析、互动讨论、模拟演练、行动计划、30%讲授、70%演练与体验

## 05、【课程大纲】

沙盘模拟篇

1 序言

1.1 热身开场

1.2 参课原则

2 沙盘模拟

2.1 规则说明

2.2 团队建设

2.3 模拟演练

2.4 结果公布

理论讲授篇

第一讲：目标管理

1、目标制定：没有结果的目标管理就是耍流氓

1.1 老生常谈话“目标”

——广义和狭义的目标

——哈佛大学对目标的研究

1.2 以结果为导向的目标

——三要素：目标管理的金字塔模型

——目标管理的概念

- 目标管理的意义
- 目标管理的五大特点
- 案例分析：企业在目标管理中经常遇到的问题

### 1.3 职场中常见的三种工作目标

- 达成型目标
- 解决问题型目标
- 例行型目标
- 不同类型目标的工作重点

### 1.4 企业与个人的年度目标管理

- 从时间维度看目标
- 怎样的目标才是好目标
- 案例分析
- 目标管理的 SMART 原则

### 1.5 实战练习：目标制定之“理清现状”

- 工具介绍与讲解
- 现场练习与点评
- 职场中常用的五种“理清现状”思路

### 1.6 实战练习：目标制定之“三板斧”

- 工具介绍与讲解
- 现场练习与点评

### 1.7 总结：目标制定阶段

- 以终为始
- 目标制定七部曲
- 目标制定的六个注意事项

## 2、合理计划——保质保量实现目标管理的前提

### 2.1 计划目标实施路径的四个角度

- 职场中的目标类别
- 平衡记分卡：不仅是工具，更是思维方式
- 从不同角度分析职场中的绩效目标

### 2.2 合理计划的核心：对目标进行系列分解

- 分解目标
- 分解目标的几种常见方法
- 落实目标
- PDCA 法

### 2.3 目标计划过程中的预算表使用

- 风险控制
- “踩香蕉皮”管理法
- 做预算的八项基本要素

### 2.4 合理计划中的问题分析思路

- 磨刀不误砍柴功：透彻分析问题的必要性
- 分析问题的两个思路
- 正向法
- 反向法
- 案例分析

### 2.5 如何在计划过程中找到根本原因

- 根本原因的特点
- 5Why 分析法（五个层次的原因分析）
- 鱼骨图法
- 案例分析

——现场练习

## 2.6 落实目标：安排工作的“四要素”和“五力源”

### 第二讲：时间管理

#### 1、认识时间管理

##### 1.1 算算我们剩下的时间

##### 1.2 时间的特性

——讨论：我的时间都哪去了

#### 2、如何高效管理自我的时间

##### 2.1 时间管理的六个核心步骤

——第一步：明确角色、职责与目标

——第二步：列事件清单并区分主动性和应对性任务

——第三步：排定事件的优先次序（时间管理的四个象限及其管理策略）

——第四步：制定时间表与计划

——第五步：言行一致地执行

——第六步：持续评估和改善

##### 2.2 单元回顾

#### 3、时间管理工具箱

##### 3.1 推荐两个时间管理的好工具

——练习：计划自己一周的时间

##### 3.2 高效会议管理方法和要点

##### 3.3 时间管理的八大要诀

#### 4 提升时间效率的方法

#### 5 时间管理的九大要诀

## 06、【讲师简介】 李宁



12年企业管理实战工作经历，

2006年至今从事企业管理培训授课超过1700+天；授课学员超过80000人

自有版权课程4套

擅长运用行动学习讲授方式并以思维提升工具为辅助，将讲授内容与学员工作相结合。

### 【拥有】

**OSTIC** 国家高级企业培训师（一级）

**VEMSC** 高级职业培训师

**TBCP** 东尼·博赞认证思维导图注册管理师

企业管理培训实战辅导专家

专家级思考力应用引导师

行动学习情景沙盘模拟课程导师

逻辑思维与职场应用认证讲师

### 【服务客户】

曾服务于高校 MBA，外资、国营、民营企业，国家电网、通信行业、建工行业、银行金融，互联网，医药等，所举企业排名不分先后。

**高校、MBA**：京东大学 MBA 班、融创中国企业学院、腾讯企点学院、沈阳燕京大学 MBA 班、内蒙古工业大学 MBA 班、天津南开大学 MBA 班、天津工业大学 MBA 班、河北省工业大学 MBA 班、渤海银行企业学院、北京顺鑫集团大学、郑州中原智谷创业学院、中广核企业学院白鹭计划等；

**国家电网：**北京、山西太原、河北石家庄、山东烟台培训中心等地卓越领导力课程指定培训师、海南瞻洲核电公司、国网南中心基层管理者、辽宁省电力、湖北省鄂州电网、江苏省太仓电网、邯郸邱县国家电网、四川绵阳国网、福州国网、镇江国网、国网中卫分公司、国网丰县供电公司、徐州国网、中南电力设计院、常熟国网火电公司、广东电网能源公司、湖北省电力公司、南网东莞供电局、浙江省电力公司、湖北省电力管培中心、湖北省电力经研院、

**通信行业：**安徽省移动设计院、四川省资阳移动分公司、江西省九江移动公司、贵州省兴义移动分公司、青岛移动公司、贵州省移动分公司、黑龙江省移动数据中心、合肥声移动公司、重庆忠县移动公司、乌鲁木齐中移铁通分公司、常州移动、石家庄中移铁通公司、乌鲁木齐联通公司、北京联通软件院、北京电信公司、北京电信规划设计院、贵州省六盘水电信公司、安徽省合肥电信分公司、河南郑州电信公司、沧州电信公司、廊坊电信公司、西藏高驰信息产业集团、广东省移动设计院、宁波移动分公司、陕西省电信、北京联通公司、北京移动、

**建工行业：**中建八局四公司、中建八局装饰公司、中建三局绿投公司、中建五局土木公司、中建二局江苏分公司、中建二局湖北分公司、中建二局浙江分公司、中建二局西南四川分公司、中建东孚公司、中建安装上海分公司、中国化学工程十四建、中铁北京局二分公司、中电建河南工程公司、上海奉贤集团、上海建工集团安装公司、上海建工集团建筑公司、上海建工四建一公司、上海建工设计院、武汉铁十一局、天津中海油公司、天津公交一局、天津水利工程公司、湖北葛洲坝交投公司、中交天航局、中交隧道工程公司、中交三航局、中交三航局交建、中交一公局北京第三工程公司、中交上航局、中船沪东造船集团、郑州地产集团、云南城投集团、永定河流域投资公司、上海上港长江物流公司，广东南网储能工程公司、核理化院等；

**银行金融：**日资企业银行、北京巴黎银行、南京南京银行、中信银行、渤海银行、普惠金融、北京希望金融、平安普惠、平安金服天津恒安寿险、太平洋天津分公司、阳光产险天津事业部、阳光中金、内蒙工商银行呼市、包头、鄂尔多斯分行、内蒙呼和浩特中银保险公司、北京中信银行信用卡部、中国银行内蒙古分行、内蒙华夏保险、上海阳光寿险、

**互联网：**上海咪咕视讯、上海伦伟互联网管理公司、极光网络、扎根网、百度集翔、用友软件、易宝支付、北京清华同衡、先特网络、数据盒子、今日头条、Orgin中国研究中心、上海骏梦游戏、上海艾力特、北京合和诊断、杭州我在科技、紫光测控等；

**医药行业：**上海医药集团、罗氏制药北区、甘李药业、建邦医药、北京航天中心医院、北京华润医药、北京高济医疗、帝伯爱尔、信鸿医疗、北京轻盈医院管理等；

**其他企业单位：**航天五院 508 所、北京京东生鲜部、北京威讯联合技术、沈阳航空发动机公司、武汉东风神龙汽车、武船重工、杭州中化蓝天、港资上海绿地贸易港公司、国投北京总公司、顺丰物流天津分公司、南京泉峰集团、上海地铁、广州地铁、三星电机、韩华泰科、西门子天津工厂、天津能源集团、东方显示技术、长征运载火箭天津装配中心、广州天创时尚杂志、菲仕兰美素佳尔、施耐德万高、养乐多中国工厂、华润置地东北区、爱普生中国、欧普照明等；

