

# 养成好习惯，做个好干部

## 2187 干部好习惯修养训练课程

### 【问题聚焦】

1、为什么习近平总书记在 2021 年初一个月内提了三次“政治三力：政治判断力、政治领悟力、政治执行力”针对当前形势具有深刻的含义？

2、为什么做事三分钟热血，当时振奋人心、斗志昂扬，但做到不抛弃、不放弃、坚持到底却这么难？

3、为什么目标制定的清晰准确，可以梦想重燃、设计美好，可铸造顽强的意志力，不断控制自我、成就自我却这么难？

4、为什么看手机、发微信，把互联网时代的时间碎片化了，每天干扰自己的事务繁多，使工作效率低下，难以聚焦，盲目应付，每天干有价值的事，变成优秀的人却这么难？

5、为什么执行天天讲、月月讲，都懂得执行乃重中之重，没有执行就没有企业的一切，可执行保持连续性，形成自动自发自觉的优良作风和品格却这么难？

6、为什么市场开拓了一片丢失了一片，利润越来越薄，竞争越来越猛，客户越来越少，开创新的经济增长点，保持越挫越勇的优良作风，把握市场，抢占商机却这么难？

7、为什么对于企业而言，一定要做到党业结合，加强党的全面领导形成思想领先的同时提高业务能力落实和结合并不尽如人意？

.....

作为党员干部，自我管理、企业管理，这一切**问题**的根源，就是没有形成自动自

发自觉自律自愈的**好作风、好习惯！**

**-----养成好习惯，是斩断上述诸多问题的锋矛利剑！**

### 【参考答案】

毛泽东、周恩来等老一辈革命家靠什么领导人民得解放？

疫情期间共产党员作为“逆行者”“带头人”怎样获得信赖？

作为 GE 帝国的掌门人杰克·韦尔奇凭什么成为“世界第一企业家”？

乔布斯凭什么成为“禅意大师”？尽管已经离开这个世界，“苹果”却仍然罕逢敌手？

比尔·盖茨为什么自信的对世人说：即使明天微软所有的公司工厂被大火烧掉，不久我们还会东山再起，继续开创我们伟大的事业，拭目以看我们能否做到？

星巴克为什么在世界各地开一个成一个？为什么员工的自动自发自觉和组织意志力世界第一？

任正非为什么始终坚持用“毛泽东思想”统帅华为，让每一位华为人“习惯成自然”自己管自己？

王石为什么 60 岁后还仍然上哈佛、上剑桥读书，并始终倡导最伟大的管理一定是管理好自己？

柳传志凭什么把联想的品质深入人心？凭什么被业界称为“自律自持”的楷模与典范？  
这些杰出人物和伟大组织无不拥有一项无敌于天下的武器：**非凡的个人与组织管理的好习惯！**

### 【培训收益】

●学会**7个管理工具,19种管理方法,36个管理动作**,指导制定《**党员干部好习惯修养系统方案**》《**2187时间管理好习惯方案**》《**2187情绪管理好习惯方案**》《**2187组织效率实施方案**》,帮您真正利用管理好习惯这把尖矛利刃,为您开疆拓土实现组织最大化增长赢利！

●通过科学有效的学习和训练,突破心智模式,养成良好的个人及组织习惯,形成管理的肌肉记忆,让生命质量快速提升**160倍**！

●熟练掌握个人时间管理、情绪管理、成长管理的方法和技巧,掌握组织人才激励、团队协作、组织意志等方面的管理策略,尽快达到管理好习惯的最高境界。

●提纯“时间、情绪、意志、激励”等管理的关键要素,有效设计“**21天改变87天成型**”“养成好习惯”训练模式,辅导填写“辛苦三个月,受益一辈子”的《养成手册》。

●学会一套在思想、信仰、管理、讲话、生活、工作、家庭、健康的应用体系,即什么问题都可应用**2187好习惯养成原理**和具体系统来加以解决！

### 【培训对象】

● 银行系统党员干部

### 【培训原理】

播种一种行为,就会收获一种习惯;播种一种习惯,就会收获一种性格;播种一种性格,就会收获一种命运!习惯形成自然,习惯决定命运!良好的习惯是成就人生最关键的要素!根据心理学原理,养成一个良好的习惯需要**21天**,而做到巩固成型,形成肌肉记忆,深入骨髓,保持不变,一个好习惯却需要**4个21天即84天**的持续极致训练,成型后再经过**3天**的总结验收,就会终生受益。可以说:辛苦三个月,受益一辈子!这就是**2187习惯养成原理**及在管理领域具体应用!

### 【培训策略】

- 集中授课
- 视频学习
- 小组PK
- 益智互动
- 自我训练
- 微信群作业展示
- 2187团队积分榜

## 【课程模块】

引言部分：

新时代大幕已经拉开--如何落实习近平总书记“政治三力”？好习惯修养显得重要

习近平总书记提出好干部“20字”标准：信念坚定、为民服务、勤政务实、敢于担当、清正廉洁。

**2187** 好习惯的力量——知行合一，积行成习。习惯决定性格，性格决定命运

中国好习惯教育系统---价值观、使命、愿景，以及开发的系统性习惯修养工具

**2187** 好习惯回路---暗示、惯常行为、奖赏以及与管理好习惯的关系

## 第一部分----党员干部个人管理好习惯

### 模块一 个人时间管理好习惯

1、分清工作的轻重缓急

为工作划分“三六九等”

给未完成的工作贴标签

2、不可忽视的时间“优先权”

给特殊工作建立优先权

设定优先权的五个关键问题

3、“正确做事”和“做正确事”

做正确事，时间收益最大化

正确做事：找对方法再行动

4、以结果为导向做时间主人

执行前分析自己的能力

以结果为导向，一次做到位

5、高效时间管理的工具

业务分解的有效步骤

高效工作2小时法制

活用“5P”定律

30分钟保卫战的巧妙运用

**总结：好习惯是控制时间最好的思想医生**

### 模块二 个人情绪管理好习惯

1、说出压力，清除情绪障碍

2、不要预支明天的烦恼

3、想想那些不如你的人

4、要学会遗忘

5、变压力为动力，焦虑也随之消除

6、专注于自己所爱，放弃无谓的牵绊

- 7、 提高“抗挫折力”，获得“逆境情商”
- 8、 培养战胜挫折的意志
- 9、 通过反省让自己远离抱怨
- 10、 每天保持快乐的心情和阳光心态

**总结：好习惯是控制情绪的贴身精神管家**

## 模块三 个人成长管理好习惯

### (一)立身修德----个人成长的全面修养

- 1、心智修养：虚极静笃、仁义、觉悟
- 2、责任修养：为天地立心，为生民立命
- 3、性格修养：上善若水，夫唯不争，故无尤
- 4、“绝四”修养：毋意、毋必、毋固、毋我
- 5、厚德载物：和顺于道德而理于义
- 6、自强不息：穷理尽性以至于命

### (二)爱人利人----个人成长的发展轨迹

- 1、不同层级 4 个“多”与 4 个“少”
- 2、卓越领导力打造的 5 个方法
- 3、培养号召力和影响力的 5 个策略
- 4、打造决策力和决断力的 6 个技巧
- 5、高超系统思考能力培养的 6 个途径
- 6、培育追随者成为领导者的 7 个步骤

### (三)上下同欲----个人成长的沟通习惯

- 1、良好的表达能力是沟通的基础：民为贵，社稷次之，君为轻。
- 2、沟通系统等同于指挥系统：海纳百川，有容乃大。
- 3、让追随者清楚自己的立场和目标：己欲立而立人，己欲达而达人。
- 4、有效沟通的方法与技巧：有朋自远方来，不亦乐乎！与民同乐。
- 5、让自己成为最好的倾听者：己所不欲，勿施于人。
- 6、让指令迅速被消化并反馈：推己及人，由近及远。

### (四)知行合一----个人成长的执行习惯

- 1、目标方略：事在四方，要在中央；圣人执要，四方来效。
- 2、分析谋划：知己知彼，百战不殆。
- 3、结果导向：千里之行，始于足下；锲而不舍，金石可镂。
- 4、实践真知：闻之不若见之，见之不若知之，知之不若行之；
- 5、制度规则：信赏必罚；以治为胜。
- 6、付出回报：强必贵，不强必贱；强必富，不强必贫。

**总结：好习惯是成长成熟的生命信仰养料**

## 第二部分：党员干部组织管理好习惯

### 模块四 见贤思齐----组织管理好习惯的人才激励系统

- 1、把网罗人才放在首要位置：有教无类，道不同不相为谋。
- 2、识人才是当好领导的根本：知人者智，自知者明；胜人者有力，自胜者强。
- 3、知人善任、用人所长、用人至上：夫尺有所短，寸有所长。
- 4、让人才都得到用武之地：官无常贵，民无常贱，有能而举之，无能则下之。

5、建立高效能人才激励的 5 个步骤：道之以德，齐之以礼，有耻且格。

6、了解追随者的动机，创造吸引人才的“软环境”：择其善者而从之。

总结：好习惯是组织人才激励系统的关键点

## 模块五 将源兵魂----组织管理好习惯的团队协同系统

1、建立组织的愿景和战略：为政以德，譬如北辰，居其所而众星拱之。

2、组织活力与高效协作管理：无平不陂，无往不复，艰贞无咎。

3、找出做人做事的动机并满足他：志于道，据于德，依于仁，游于艺。

4、用重要的工作去进化下属：择其善者而从之，多见而识之，知之次也。

5、学会授权培养“岗位主人翁”：知治身，则能治国；内圣外王，其理一贯。

6、最佳团队的“狮狼协作”模型：天时不如地利，地利不如人和。

总结：好习惯是组织团队协同系统的保障点

## 模块六 自动自觉----组织管理好习惯的组织意志系统

1、量身定制 50%增长组织

围绕 50%增长搭建意志系统

提高组织意志的路径切割

掌握达成目标的核心策略和意志作风

2、建立负责的自动系统让员工不需要监管

分析员工的需求与特性

打造最合适的管理工具

引爆高效的自动执行系统

3、组织的下一个转型点：以“好”为本

组织实现系统高效的“SW 法”

需要修补的五个组织意志漏洞

决定企业产值的五件作风法宝

总结：好习惯是组织意志作风系统的根本点

管理工具：1、《习惯修养系统方案》2、《2187 管理好习惯

养成手册》

大总结：21 天改变 87 天养成系统孵化良好习惯决定个人与组

织命运

●二天课程结束前，根据各团队得分情况评出优胜团队，颁发神秘大奖。