

《管理人员职业习惯的培养》

讲师：李洋

培训背景：

世界上最可怕的力量是习惯，世界上最宝贵的财富也是习惯。一个国家，一个企业是如此，对于人的一生，更是如此！

在生命的路途中，每个人都会遇到各种各样的困难，有些人徘徊于岔路的干扰，停在原地，不知所措。而那些具有良好习惯的人，在困难面前从容不迫，[应付自如](#)，所以他们脱颖而出。英国著名哲学家[培根](#)就曾说过：“习惯真是一种顽强而巨大的力量，它可以主宰人生。”是的，没有人天生就拥有超人的智慧，成功的捷径恰恰在于貌似不起眼的良好习惯。

再看看我们周围，有人勤奋，有人懒惰；有人认真，有人马虎；有人勤俭节约，有人铺张浪费；有人明天的事情今天做，有人今天的事情明天做……勤奋节约的人收获幸福，铺张浪费的人收获痛苦；今天的事情明天做，所有的梦想皆成空，明天的事情今天做，所有的梦想皆成真……有怎样的行为习惯，就会有怎样的人生！

美国著名教育家曼恩说：“习惯像一根缆绳，我们每天给它缠上一股新索，要不了多久，它就会变得牢不可破。”同学们，就让我们去为好习惯的缆绳缠上恒心的索链吧。当他牢不可破之时，让我们拉杆起航，成就生命的精彩！

培训大纲：

第一课：良好习惯的重要性

1、经典习惯案例 1

2、经典习惯案例 2

3、经典习惯案例 3

4、习惯是一个人的资本，你有了好习惯，你一辈子都有用不完的息，

你有了坏习惯，你一辈子有偿还不了的债务

5、思想决定行为 行为决定习惯 习惯决定性格 性格决定命运

第二课：良好习惯养成的三个阶段

1、 第一阶段：刻意，不自然

2、 第二阶段：刻意，自然

3、 第三阶段：不经意，自然

第三课：高效能人士的八大良好习惯

1、 ?

2、 ?

3、 ?

4、 ?

5、？

6、？

7、？

8、？

第四课：良好习惯养成的真谛-立即执行

1、执行力

2、执行力和习惯养成

3、行为习惯养成治疗卡

4、习惯养成登记卡

5、立即执行

备注：

1、课程中间会穿插特有设计的室内拓展小游戏、让学员更易进行

体验式感悟和领会所学知识点！

2、整个课程培训过程中贯穿执行力的各个要素，讲师会对受训学员

要求比较严格，也请企业对学员给予严格纪律，没有纪律谈何

执行力！如果不能接受老师的授课形式，请谨慎处理授课事宜！