



202



---

《高效人士的七项修炼》标准版



【说

【结

当今，竞争对手可以模仿你的一切优势，只有卓越的文化难以模仿。

如何塑造高效能的文化，构建高效能的团队，是组织领导者、企业管理者、绩效辅导者以及每一位组织成员都需要共同关注、共同参与、共同实践的核心问题。

也就是如何将企业文化从墙上摘下来转变成员工的行为？

## 【解决方案】

【高效人士的七项修炼】指导我们外在的行为模式是由内在的思维模式所决定的，也就是我们如何看待自己，如何看待他人，如何看待世界，以及我们如何审视彼此之间的人际关系。

本课程的主旨在审视自己固有的思维模式和行为习惯，提升每一位学习者持续成熟的心智模式，创造出前所未有的成长与改变，在自我管理和人际关系管理方面实现由内而外地品格塑造。我们有意识地运用这些亘古不变的原则，避免被感受、情绪、或冲动所左右，就可以将这些良好的习惯展现在日常工作与生活的各个环节中，成为践行高效能原则的榜样，影响整个团队，乃至整个组织的文化构建。

**【课程对象】** 企业中基层管理者、精英员工、管理培训生、希望提升效能的职业人士

**【授课时长】** 标准版 2 天，6 小时/天，共计 12 小时

## 【讲师分享大纲】

### 七项修炼一：操之在我

1. 操之在我模式：刺激→选择的自由
2. 案例剖析：如何将被动消极转变成主动积极的回应
3. 人类所四大天赋潜能，是帮助将负面情绪转向正面反应的方法
  - 1) 影响圈的概念
  - 2) 关注圈的概念
4. 什么是转型人？怎样做转型人？

5. 学员实践（例）根据客户实际情况设置

## 七项修炼二：以终为始

1. 理解心智创造与实体创造的含义
2. 懂得把焦点放在使生活有价值的事情上
3. 撰写个人的使命宣言
4. 心智创造-实体创造

## 七项修炼三：要事第一

1. 帮助我们学会管理生活，掌握时间，排列优先次序。
2. 确定人生的大石头
3. 人生罗盘
4. “紧急”和“重要”的真正含义
5. 时间管理矩阵图的四个象限之间的关系及分类
6. 时间管理的有效工具：富兰克林管理手册

## 七项修炼四：双赢思维

1. 双赢思维是有效人际关系的“根”，即基础
  - 1) 理解何谓双赢
  - 2) 理解富足心态
  - 3) 理解勇气与体谅如何帮助建立双赢关系
  - 4) 除了输/赢外，还有双赢的选择
  - 5) 深化双赢/无交易的内容
  - 6) 懂得为何要双赢是人际交往的更高层次，双赢不代表不竞争
2. 什么是合作？怎么合作？
3. 勇气和体谅的四个象限

## 七项修炼五：移情聆听

1. 知彼解己是“枝干”
2. 认识到先了解别人所带来的好处
3. 了解有效沟通的障碍
4. 了解有效倾听的方法

5. 分析了解听的层次
  - 1) 何谓“同理心倾听”
  - 2) 学习同理心倾听技巧
  - 3) 镜射原理

## 七项修炼六：统合综效

1. 统合综效是“果实”
2. 了解统合综效的定义
3. 简介五种不同类型的人
4. 第三替代方案的讲解
5. 认识团队的精神
6. 尊重差异

## 七项修炼七：不断更新

1. 理解不断更新的含义
2. 懂得关注在生命的四个方面的平衡与更新
3. 确立不断更新的目标
4. 了解生命四层面
5. 如何不断更新
6. 向上螺旋

## 推荐书籍

《与成功有约》、《高效能人士7个习惯》、《活出生命的意义》、《第三选择》

## 课程工具

知识点高精升级讲解

高贴合性实体案例分享

提升效能的习惯养成方法及工具

学员讨论、分享，专业点评指引

课后跟进量表