

# 《高效能人士的七个习惯》

## ——管理篇

成功地领导团队需要有一整套独特的、完全有别于个人贡献者的技能。许多领导者和管理者因为个人能力而被提拔，可一旦身处领导和管理岗位就感到举步维艰。管理者的失败往往源于无法达成重要的绩效结果，这样的失败原因不外乎两种:1. 未律己，先管人;2. 管理人，而不是让人们在共同的期望下自我管理。

本课程是一次以应用实操为导向的强化学习体验，专注于领导力的基本层面。为新晋及有经验的经理人提供一整套的思维模式、技能和工具。那么在管理工作中，你是否也遇到过如下管理挑战呢？

1. 有严重的拖延症，不到最后一刻，总是不能全力以赴
2. 每天都很忙碌，但绩效结果却不理想
3. 一上班就奔波在大小事中，忙到晚上才发现重要的事还没干完
4. 从未考虑过双赢，以至于事情推进困难重重
5. 从不与别人建立信任也不愿主动去了解对方，造成身边都没几个能说话的人
6. 不会借力，所有事情都亲力亲为，每天累的苦不堪言

如上的这些正是我们企业管理者目前最需要解决的课题，也是本课程的内容所在。今天的课程将以理论奠根基、以提问引思考、以工具做支撑、以故事敲警醒、以练习助掌握等方式循序渐进，帮助企业管理者从走向个人成功到走向公众成功不断迈进。

### 课程收获:

1. 了解 7 个习惯及其对自身与企业的价值
2. 了解要达成 7 个习惯需转变的思维模式
3. 掌握 7 个习惯达成的方法与步骤
4. 帮助工作取得更多的成绩，生活的更加快乐

**课程受众：**高层领导人，中基层经理，新晋经理人、其他带领团队的管理者

**课程时间：**2 天

**授课方式：**案例分析 + 实战方法 + 角色扮演 + 提问互动 + 分组讨论 + 精彩点评 + 课堂练习

**授课特色：**讲师，风趣幽默；逻辑，环环相扣；案例，情境带入；工具，毫无保留

### 课程大纲：

#### 第一天：走向个人成功

一、如何走向个人成功？

## 1. 效能的思维与原则

### 1) 产出产能原则

### 2) 观为得原则

互动：什么是效能思维

小组讨论：如何改变你固有的思维

故事：鹅和金蛋

案例：面对地铁里吵闹的小孩子与得知孩子刚失去母亲后的思维转变

案例：一个护士与一个绝症患者

练习：3个情境的3种思维模式

## 2. 习惯一：主动积极

### 1) 如何分辨主动积极

A. 消极状态表现

B. 积极状态表现

### 2) 主动积极与被动消极的语言差异

A. 消极被动语言

B. 积极主动语言

### 3) 扩大影响圈

A. 关注圈的概念与表现

B. 影响圈的概念与表现

C. 如何扩大影响圈

互动：什么是主动积极

视频：短短的一生

练习：哪些行动是主动积极的

小组练习：一个场景的主动与被动的语言演练

小组讨论：是什么阻碍了我的主动积极

案例：灯塔的故事

互动游戏：主动积极手指舞

### 3. 习惯二：以终为始

#### 1) 行动之前先展望结果

##### A. 完成后的样子

✓ 视觉、听觉、感受

#### 2) 创造个人使命宣言并以它为人生蓝图

##### A. 个人使命宣言的定义

##### B. 个人使命宣言构建的方法

##### C. 目标设定的意义及价值

互动：什么是以终为始

视频：爱迪生与灯泡

练习：哪些行动属于以终为始

小组讨论：如何能做到以终为始

案例：杜拉拉升职记

故事：乌鸦喝水的故事

### 4. 习惯三：要事第一

#### 1) 专注于最重要的事务

##### A. 绩效相关

##### B. 目标相关

#### 2) 放弃不重要的事情

##### A. 可交别人的

##### B. 不在计划的

#### 3) 制定计划

A. WORD 版和手机日历版

4) 选择时保持真实

A. 来自本心，不受干扰

5) 时间矩阵 4 象限

A. 重要紧急

B. 重要不紧急

C. 紧急不重要

D. 不紧急不重要

现场实验：时间的沙漏——大石头与小石子的完美演绎

小组共创：在时间不同象限的表现及优劣

互动：什么是重要的事务

案例：墓志铭的警醒

练习：提问自己正在哪个象限及原因

## 第二天：走向公众成功

一、如何走向公众成功？

1. 习惯四：双赢思维

1) 建立情感账户 (EBA)

A. 取款的行为

B. 存款的行为

练习 1：判断是存款还是取款

练习 2：找一个未达成你期望的重要工作关系或个人关系，你与这个人情感账户

余额如何（用-10 到+10 的表示）

练习 3：描述三件你觉得对这个人来说是存款的事/取款的事

互动：情感账户对你最大的启发是什么？

2) 惯常思维与高效思维的差异

3) 人际交往的六种思维模式

A. 赢输

B. 输赢

C. 双输

D. 独赢

E. 双赢

F. 双赢或不成交

视频：掰手腕

小组讨论：就一个升职机会，如何双赢

案例：2只毛驴吃草

游戏：红黑游戏

互动：什么才是真的赢？

小组讨论：如何才能双赢？

4) 保持富足心态

A. 富足心态与匮乏心态的区别

✓ 主动积极寻求反馈 VS 对他人评价过于敏感

✓ 勇气与体谅的边界

✓ 建立双赢协议

故事：吵了一辈子的老两口（缺点像星星，优点像太阳）

互动：你有多久没和对方建立双赢协议了

2. 习惯五：知彼解己

1) 惯常思维与高效思维的差异

2) 自传式倾听与同理心倾听的差异

- ✓ 自传式倾听回应类型
- ✓ 进行同理心倾听的观察信号
- ✓ 同理心交流要点

互动：了解自己与他人哪个更困难

互动：了解对方有哪些途径

练习：以理解为目的的倾听

练习：阻碍倾听的自我原因收集 3 则

案例：盲人摸象（永远站在自己视角）

练习：内外圈听与说的演绎

小组讨论：关于知彼解己对你最大的启发是什么

### 3. 习惯六：统合综效

1) 惯常思维与高效思维的差异

2) 如何检测统合综效

3) 综合综效的途径

- ✓ 探索替代方案
- ✓ 澄清目标
- ✓ 知彼解己

练习：列出团队及家人的优缺点，从你自己写起

练习：你与小王的开关窗

小组讨论：关于统合综效对你最大的启发是什么

### 4. 习惯七：不断更新

1) 惯常思维与高效思维的差异

2) 更新的 4 个方面

- ✓ 生理

✓ 情感

✓ 心智

✓ 心灵

### 3) 平衡更新 4 想法

✓ 建立你的生理能力

✓ 建立你的心智能力

✓ 建立你的社交/情感能力

✓ 建立你的心灵能力

小组讨论：为什么要不断更新

练习：针对表格中的问题，利用如上 6 个习惯，匹配出解决方法

小组讨论：关于不断更新对你最大的启发是什么

案例：親愛≠亲爱（当亲不相见，爱无心，还叫亲爱吗？）

## 课程总结