

# 高效能人士的七个习惯

## 课程大纲

### 为什么学习本课程？

“高效能人士的七个习惯”这个说法来自于史蒂芬·柯维的经典著作。在柯维看来，习惯的背后深层的原因是思维。要转换思维，则需躬身自省，以原则为行为的圭臬，由内至外的修炼。这一点，颇与儒家修齐治平的方法论相符合。

越来越多的案例表明，身为一个优秀的职业经理人，在如何提升自我方面，除了提升各种管理技能（技巧）之外，自身品行的修养也是重要的条件，本课程将为积极向上的管理者和职场人士带来系统的思维方式和方法，通过改变个人的习惯,实现个人性格的改变,最终能够改变自己的命运。

### 课程大纲：

#### 第一章 重新认知自我——由内而外全面造就自己

从依赖到互赖的卓越人生。

#### 第二章 七个习惯——概论

#### 第三章 习惯一：积极主动——个人愿景的原则

为自己过去,现在及未来的行为负责。由内而外的方式来创造改变,积极面

对一切。

#### **第四章 习惯二：以终为始——自我领导的原则**

高效能的人懂得设计自己的未来.他们认真地计划自己要成为什么人,想做什么,要拥有什么,并且清晰明确地写出,以此作为决策指导

#### **第五章 习惯三：要事为先——自我管理的原则**

"有效管理"是把最重要的事放在第一位的重点管理.先决定什么是重点后,自己掌握住重点并时刻把它放在第一位,以免被感觉,情绪或冲动左右。

#### **第六章 习惯四：双赢思维——人际领导的原则**

基于互敬,寻求互惠的思考框架与心意,目的是更丰盛的机会,财富及资源,而非患不足的敌对式竞争。

#### **第七章 习惯五：知彼解己——同理心交流的原则**

培养设身处地的"换位"沟通习惯.欲求别人的理解,首先要理解对方。

#### **第八章 习惯六：统合综效**

个人的力量是团队和家庭统合综效的利基,能使整体获得一加一大于二的成效。

#### **第九章 习惯七：不断更新**

如何在四个基本生活面向(生理,社会/情感,心智及心灵)中,不断更新自己。

全面审视自己,提高自己的素质与素养就在提高整体,与前面的六个习惯,是相辅相成的。

**课程时间**：1-2 天，6-12 课时

**授课方式**：理论讲述 50%+案例研讨 30%+学员互动 20%

# 讲师简介



## 盛渭滨

中国职业经理人协会培训专业委员会委员；  
陕西省企业培训联合会副会长；  
人力资源及社会保障部高级企业培训师；  
西北地区体验式培训最早的倡导者；  
西安交通大学职业经理人专职教授，  
西安理工大学 EMBA 客座教授。

盛老师从事企业培训及团队管理研究 26 年。曾担任知名上市企业培训经理多年，主要研究方向集中在企业团队管理、中层管理人员的成长与提升、高绩效团队建设、TTT 职业化讲师培养及体验式培训领域，其授课风格幽默、生动、从实战出发、极具操作性。课程互动性极强,善于启发学员思考,能使学员在轻松、愉悦的氛围中充分掌握所学内容,并学以致用。

## 盛老师经典课程：

### 1、通用管理类：

- 中层领导力----团队管理者的领导力及高效团队建设
- 卓越执行力----团队及个人执行力提升课程
- 有效沟通无障碍——让沟通立竿见影的致胜锦囊

- **说服力演讲**——管理者必备的关键技能

## 2、营销管理类

- **从平凡到卓越**——职业化销售顾问的成长之路
- **抢单**——大客户销售致胜心法
- **引爆流行**——创新营销与市场突破

## 3、管理技能类：

- **PPT 演示之道**——PPT 制作、演示及应用的高级技能
- **金字塔原理**——逻辑思维与有效表达
- **思维导图**——最有效的创新思维提升工具

## 4、培训管理类：

- **TTT 职业化讲师训练**（初、中、高级）
- **T 动力**——企业培训体系建设与规划

## 5、沙盘模拟类：

- **沙漠掘金**——成为有成效的管理者，高绩效团队建设沙盘课程
- **决胜红海**——市场战略与决策

## 部分成功主持过的培训客户：

中国邮电器材西北分公司、西北电力设计院、西安航天发动机厂、大家润商贸有限公司、佳能（中国）、移动通讯网络公司、西安利君制药、西安电子科技大学、航天 16 所、千家粗粮王、中国银行陕西省分行、国防科工委、航天

504 所、西北大学管院 EMBA、高科集团、西飞第一设计院、电子科技大学出版社、中国移动、中国联通、紫薇地产、天地源地产、航天六院、中强实业、省电力培训中心、文化地产、天惠通信公司、西铁一中、西飞团委、长庆油田、兵器工业部 206 所、省人才交流中心、省邮政信息技术局、工商银行、航天部 210 所、招商银行、西北电力建设集团、中国北车集团永济电机厂、西安电视台、CECT 西安办等。