

高效能人士的七个习惯

【课程背景】

《高效能人士的七个习惯》是由著名领导力大师、人际关系专家史蒂芬·柯维博士开发的享誉全球的版权课程

【课程收益】

帮助学员掌握心态管理的技巧，建立个人愿景和制作个人使命宣言的技巧，有关时间管理的全新思维方法，帮助学员建立“不同人际观的成熟度”的意识，掌握四种有助于聆听的管理工具，理解“有分歧才有收获”的道理，创造性的利用彼此差异、寻找第三替代方案的“解题模型”

【课程对象】

所有人员

【课程时长】

2天

【授课方式】

讲授、课堂活动、测验、案例讨论

【课程大纲】

- 积极主动
 - 人类四项独特的天赋。
 - 消极被动对个人成长和人际关系的危害
 - 面对工作压力和环境的变化：是什么决定了你的反应方式？
 - 解决问题的第一步在于改变我们的习惯，改变我们的影响途径
 - 积极主动的人专注于影响圈

- 生命的小纸条
- 如何扩大你的影响范围；
 - ◆ 面对可直接控制的问题的处理原则
 - ◆ 面对可间接控制的问题的处理原则
 - ◆ 面对无法控制的问题的处理原则
- 管理工具：
 - ◆ 积极主动的“刺激与回应”模式
 - ◆ 影响圈
 - ◆ 时间线
- 以终为始
 - 以终为始的思维优势
 - 千里之行始于目标
 - 你有多少种角色
 - ◆ 你是谁？你从何得知你是个怎样的人？
 - 谁是你一生中最重要的领导
 - 怎样编写个人的使命宣言
 - 管理工具：
 - ◆ see-do-get
 - ◆ 逻辑架构
 - ◆ 拟出个人愿景的模板
 - 活着的兵马俑：董宇辉
- 要事第一

- 确定“要事”的原则是什么？
- 以原则和关系为导向的时间管理法则
- 怎样判断事情的“重要程度”？
- 时间管理的四个象限及其特点。
- 怎样将事情或任务有效分布在四个象限中？
- 要事第一的策略——有效授权
- 管理工具：
 - ◆ 第二象限工作法
 - ◆ 紧迫指数测试。
 - ◆ 要事第一的六步骤流程
- 双赢思维
 - 六种人际关系模式的特点。
 - 情感账户对双赢人际关系的意义
 - 什么是情感账户中的存款与取款？
 - 什么是双赢品格？
 - 什么是富足心态？
 - 什么是匮乏心态？
 - 罗永浩这么说
 - 当对方没有双赢思维的时候，你如何创造双赢局面？
 - 不同人际观的成熟度——高体谅与高勇气的平衡
 - 构建双赢人际关系的策略——利人利己五要领
- 知彼解己

- 完美沟通的标准；
- 人际交流的最大障碍是“自传式回应”。
- 自传式回应与同理心回应的区别
- 练习同理心
- 3F 倾听
 - ◆ Fact
 - ◆ Feel
 - ◆ Focus
- 管理工具：
 - ◆ 沟通中的回放技巧
 - ◆ 印第安发言棒
 - ◆ 同理心回应的五步骤
- 协作增效
 - 协作增效的精髓；
 - 协作增效与集思广益；
 - 协作增效的难点在于处理好“人与人之间的差异”；
 - 高情商的人际关系模式是珍视差异；
 - 协作增效就是发现第三替代方案。
 - 管理工具：
 - ◆ 创造第三替代方案的解题模型
 - ◆ 水平思维（平行思维）
- 不断更新
 - 什么是持续更新的习惯

- 什么是人类的四大天赋才能
 - ◆ 身体才能
 - ◆ 智力才能
 - ◆ 情感才能
 - ◆ 精神才能
- 个人可持续发展的精力管理策略
 - ◆ 提升体商
 - ◆ 提升智商
 - ◆ 提升情商
- 在哪些地方不断更新？