

SMI

DYNAMICS OF PERSONAL TIME CONTROL

時間管理動力學高階班

◎ 課程簡介

上帝最公平的地方。不論你是誰，通通給予每個人 24 小時，誰也不會多一秒。但總是有人忙得很有”格調”、有些人忙得團團轉、還有一群人總是忘東忘西。問題就出在沒有好好規劃時間以及如何妥善應用有效的工具。

最終，介紹目前已成爲全世界成功的目標設定有效方法 SMI DPT 使學員不再是盲目的設定目標，而能跟國際成功的人仕趨勢接軌，以了解自己的領先優勢，爲創造更美好的未來，所要進一步學習加強的關鍵知識與能力。

本課程包含了 50% 的自我訓練培養應用工具、30% 的重要的時間管理主題討論、20% 個別輔導上課方式輕鬆活潑，「做中學」、「學中覺」是最好的學習方式，整個課程將告訴你，藉由時間管理觀念的建立，透過工具的混搭應用，並確實執行和檢視，能以最少的時間發揮最大的效用，讓工作與生活更有效率，成爲自己時間的主人。

- 上課時數：20 小時。

SMI

DYNAMICS OF PERSONAL TIME CONTROL

● 課程大綱：

課程綱要與時間	課程內容
一.是誰控制了你的時間 (2 hr)	你對時間的價值觀 時間是一種心態 如何有效的運用時間
二.優先順序讓你的計劃 更順利進行 (2 hr)	思考運用時間的習慣 每日運用時間分析 有順序的時間表
三.80/20 原理 (2 hr)	掌握高收益活動 優先目標的達成 授權的藝術
四.神奇的積極態度 (2 hr)	啓發每一個人生命的積極態度, 增強生命力 自動自發,自我激勵的好處是無限的
五.消極情緒與時間管理 (2 hr)	克服拖延的習慣 克服干擾的障礙 克服負面的情緒
六.處理時間問題所造成的問題 (2 hr)	1.挫折的處理 2.憂慮與恐懼所造成的挫折感 3.錯誤的省時方法
七.修正時間運用的習慣 (2 hr)	明確的計劃 時間分析 新的時間運用的行爲模式
八.時間和家庭 (2 hr)	家庭時間計劃 爲家庭美滿順利而工作 節省家庭時間的方法
九.結省時間的特別方法 (2 hr)	防微杜漸 做的又快又輕鬆 果斷的能力
十.時間管理的報酬 (2 hr)	期望與責任 付出的好處 現在投資---以後回收

SMI

DYNAMICS OF PERSONAL GPAL SETTING

● 講師簡介：

許正國 SMI 美國成功激勵®國際訓練機構

現任：

SMI 美國成功激勵學院台灣獨家總代理 總裁

SMI 美國成功激勵學院台灣獨家總代理金永旺國際有限公司負責人

經歷：

北海道食品國際機構 負責人

安泰人壽訓練部執行企劃與講師

超級成功企業管理顧問有限公司 總經理

SMI 美國成功激勵學院核心轉化研習中心 執行長

SMI 美國成功激勵學院北區行銷業務總監

SMI 美國成功激勵學院成功輔導師

服務客戶：

擁有將近 20 年的企業管理顧問及教育訓練經驗，服務的客戶：(1) 科技及研究機構：工研院、陸軍醫學生物研究所。

(2) 訓練及產業顧問：生產力中心、亞洲財訊企管、協志企管、全位企管以及各式激勵及教育訓練顧問。

(3) 政界人物：省議員、鎮長、鄉長。

(4) 銷售事業：中華賓士、雷諾汽車、元隆汽車、LEVIS....等

(5) 傳銷事業：安麗、如新、永久、美兆、龍巖.....等

(6) 媒體業：聯合報、經濟日報、工商時報等。

(7) 金融保險業：華南銀行、台新銀行、合作金庫、南山人壽、安泰人壽、國泰人壽、新光人壽、紐約人壽、宏福人壽、幸福人壽、遠雄人壽、富邦人壽、國華人壽、三商人壽、永達保險經紀人、錠律保險經紀人等。

(8) 連鎖業：統一超商、詩威特美容機構。

(9) 建設或仲介業：欣元房屋、遠東建設、捷和建設、永慶房屋、21 世紀……等。

SMI

DYNAMICS OF PERSONAL GPAL SETTING

(10) 通訊及資訊業：宏碁電腦、德基半導體、明碁電腦、鴻海精密科技……等。

(11) 公務員：國貿局、環保署、中華電信、保三總隊。

(12) 貿易業：德記洋行、美商柏恩亞太等。

及其他的教育文化事業，國中小學的校長、老師、大學教授製造加工業、營建業等等。

專業領域：

- 個人成功諮商
- 生涯發展規劃
- 人際溝通訓練
- 創意銷售指導
- 冠軍培養激勵
- 公司經營管理
- 領導能力訓練
- 兒童心理發展
- 學業成功致勝
- 家庭婚姻諮商

專業認證及獲頒講項：

- 美國壽險管理協會 經營管理訓練認證
- 一分鐘推銷人、管理訓練認證
- NLP 神經語言程式學認證
- SMI 亞洲區 單月銷售冠軍記錄者
- SMI 1997 年世界年會亞洲奧斯卡獎(Sales Leader of the Year)
- SMI 2002 年最佳團體領導獎