

落地练习册

六张表，把课程套在你自己的公司身上。
不需要任何软件——纸、笔、和你对业务的诚实。

T1	协调税审计表	模块一 · 鬼故事
T2	唯一事实源改造单	模块二 · 用 AI 做对齐
T3	推进断点扫描	模块三 · 用 AI 做推进
T4	闭环设计画布	模块四 · 用 AI 做闭环
T5	三动作落地卡	模块五 · 落地动作 · 压轴
T6	周一早上承诺卡	收口

带着"我们公司"进来，
带着一张填好的《三动作落地卡》出去。

90 分钟怎么跑

00—05	● 开场 · 规则上墙 三条纪律读一遍（见下框）。分桌 4—6 人，每桌选一名计时员。
05—20	● T1 · 协调税审计 个人填 8 分钟 → 同桌互报 4 分钟（只报税率和最贵的一个动作） 收：全场举手「税率超过 50% 的举手」
20—35	● T2 或 T3 · 二选一 管理层多选 T2（对齐），业务负责人多选 T3（推进）。个人填 6 分钟 → 同桌互挑战 5 分钟（用表上印的挑战句） 收：点名 2 人各报一条
35—50	● T4 · 闭环画布 个人填 6 分钟 → 桌内轮流报「我勾中了哪个断点」 收：主持人一句收口——四个断点哪个全场最多
50—80	● T5 · 三动作落地卡（压轴） 个人填 10 分钟 → 每桌选 1 个案子上台 pitch 3 分钟 → 别桌红队提问 收：红队只准问两个问题，不准给建议
80—90	● T6 · 承诺卡收口 写下周一早上第一件事 → 撕下来与同桌交换 → 全场齐读自己那句 收：两周后交换的人互相问一次

三条纪律（开场读一遍，贴在墙上） 1. 每次练完必须收——举手、互报、pitch，至少一样。不收 = 白练。 2. 限时，给句式——所有讨论有倒计时、有开头句。绝不问「大家觉得呢」。 3. 红队只准提问，不准指导——从制度上杀死客气点评。	
--	--

3h 大课内嵌	只跑 T1（模块一后 10'）+ T5（模块五后 15'），其余标「回去自己做」
纯演讲版	T1 只做举手心算，结尾发 T5 并用一分钟讲清怎么用
半天工作坊	六张全跑，本页流程拉长至 3 小时，pitch 与红队轮次加倍

协调税审计表

人人都在提效，公司却没有。先算清楚：你的时间里，有多少交给了「组织结构税」。

选一条 workflow	一条有客户结果的完整链条（线索→签约 / 需求→上线 / 故障→恢复）
--------------	--

#	上周最花时间的 10 件事	属于哪类（勾一个）
1		☐ 做事 ☐ 对齐 ☐ 推进 ☐ 闭环
2		☐ 做事 ☐ 对齐 ☐ 推进 ☐ 闭环
3		☐ 做事 ☐ 对齐 ☐ 推进 ☐ 闭环
4		☐ 做事 ☐ 对齐 ☐ 推进 ☐ 闭环
5		☐ 做事 ☐ 对齐 ☐ 推进 ☐ 闭环
6		☐ 做事 ☐ 对齐 ☐ 推进 ☐ 闭环
7		☐ 做事 ☐ 对齐 ☐ 推进 ☐ 闭环
8		☐ 做事 ☐ 对齐 ☐ 推进 ☐ 闭环
9		☐ 做事 ☐ 对齐 ☐ 推进 ☐ 闭环
10		☐ 做事 ☐ 对齐 ☐ 推进 ☐ 闭环

做事 = 直接产出成果 | 对齐 = 开会、同步、汇报、解释 | 推进 = 催、等、协调、找人 | 闭环 = 复盘、沉淀、整理

我的协调税率	(对齐 + 推进 的条数) ÷ 10 × 100% = _____ %
三个最贵的协调动作	① _____ ② _____ ③ _____ 每条写清「贵在哪」：在等谁 / 在重复对齐什么 / 在催什么

收口 税率超过 50% 的举手。——你们不是效率低，是在给组织结构交税。

唯一事实源改造单

今天的会议纪要，就是当年波音打印出来的 CAD 图纸。给你的项目找到「那架飞机」——所有人操作同一个对象，而不是各自转述。

选一个正在进行的项目	项目名：_____ 参与人数：_____ 人
事实现在散在哪	☐ 会议纪要 ☐ 群聊 ☐ 邮件 ☐ 某人脑子里 ☐ N 个各自的文档 同一件事，现在有几个版本的「事实」？ _____ 个
上次对不齐的代价	最近一次「两边理解不一致」造成的返工/延误： _____ _____
「那架飞机」是什么	如果这个项目只允许存在一个被所有人操作的对象，它是： ☐ 一份主文档 ☐ 一张模型/图 ☐ 一个看板 ☐ 其他： _____ 它叫： _____

三条改造规则（写下来才算数）	
① 会议改规则	开会不再产纪要，改为当场更新主对象。第一个试点会议是： _____
② 谁负责维护	主对象的维护人（一个名字，不是一个部门）： _____
③ 废除一个旧动作	宣布不再做的旧动作（例：周报里重复项目进展）： _____

互报挑战句 把你的「飞机」讲给同桌，对方必须问这一句：「它凭什么是唯一事实源，而不是又一份文档？」——答不上来，回到第一格重选。

推进断点扫描

组织最大的损耗发生在任务与任务之间。沿用 T1 选的那条工作流，四行扫一遍——看看你最贵的人耗在哪一行。

环节	现在谁在做	卡在哪（等 / 催 / 漏 / 错）	最贵的人耗在这吗
发现工作 活会自己举手吗，还是等人发现？			☐ 是 ☐ 否
分配工作 活会自己找人吗，还是人找活？			☐ 是 ☐ 否
传导工作 活会自己交棒吗，还是靠人催？			☐ 是 ☐ 否
检查工作 完成有证据吗，还是靠口头说「做完了」？			☐ 是 ☐ 否

最贵的断点	四行里，哪一行最该先修： 修好它，每周大约省回 小时 × 人
谁在人肉补位	现在靠谁的「耐烦和面子」在维持这一环： 公司最贵的人，常常在处理推进问题——写出那个名字。

收口 点两人报「我最贵的断点在哪一行」。大概率集中在传导和检查——这正是下一张表（闭环）要接住的。

闭环设计画布

闭环的目的只有一个：一次比一次好。先诊断你的组织在哪一环漏气，再决定第一个交给 AI 转起来的环。

能力闭环 —— 经验和教训有没有变成能力	
最贵的一个坑	上个季度踩过最贵的一个坑：
它沉淀在哪	☐ 文档 ☐ 流程/制度 ☐ 某人脑子里 ☐ 没沉淀 新人下个月入职，他会再踩一遍吗？ ☐ 会 ☐ 不会

市场闭环 —— 市场反馈有没有回到决策	
反馈回流速度	一线听到的市场反馈，多久能回到能拍板的人耳朵里： ☐ 当天 ☐ 一周 ☐ 一个月 ☐ 基本回不来
上一次因反馈而改	最近一次「因为市场反馈而改了做法」是什么时候、改了什么：

四断点自诊（勾中哪个，先修哪个）	
☐ 不测量——干完就散，没有数 ☐ 测了没人看——报表在，眼睛不在 ☐ 看了不沉淀——复盘开完，文档没有 ☐ 沉淀了不复用——库里有，下次照旧	
转一圈要多久	现在：做完一件事到「教训进入下一次」要 _____ → 目标： _____
第一个交给 AI 的环	☐ 复盘（AI 来问） ☐ 沉淀（AI 来写） ☐ 分发（AI 来推） ☐ 触发（AI 自动盯数）

桌内互报 只报一句：「我勾中的断点是_____，我打算先修它。」主持人收口：报一下全场哪个断点最多。

三动作落地卡

前四张表都是给这一张供弹药的。修路按月算，点火一周就有反应，分圈要配着放权——三件事今天就排上日程。

修路 —— 让机器看得见	
先修哪段路	第一个要留下过程记录的业务过程：
验收三件套	☐ 过程有记录 ☐ 关系能读懂 ☐ 系统可操作 三个都勾上才算路修通；先从第一个勾起。

点火 —— 让能干的人被看见	
写下人名	已经在偷偷用 AI 做出超预期产出的人：① _____ ② _____
下周让他被看见	做一件事让全公司知道他干了什么（分享会 / 全员邮件 / 老板亲自转发）：

分圈 —— 把活切到一个人能包住，并放权	
三问筛一件事	☐ 没人在做？ ☐ 能多赚钱 / 开新市场？ ☐ 掉出老系统了？ 通过三问的那件事：
立项	小组： _____ 人 × _____ 周（默认 3 人 2 周——故意稀缺） 负责人： _____
放权配套	给这个小组什么权（预算上限 / 免审批范围）： 试成了，他们得到什么（回报要提前说出口）：

Pitch 规则 每桌选一个案子上台讲 3 分钟。别桌红队**只准问两个问题，不准给建议**。被问倒的格子，回去重填——重填过的卡比一次填完的卡值钱。

周一早上承诺卡

课程结束时最危险的一句话是「很有启发」。启发不值钱，日历上的动作才值钱。写一句、撕下来、交换。

✂ 沿框撕下

周一早上 9 点，我要做的第一件事是：

签名：_____ 日期：_____ 交给谁保管：_____

怎么写才算数：

× 「推动团队拥抱 AI」——这是愿望，不是动作。

✓ 「给 XX 项目建主文档，并在周一站会宣布：本项目不再写会议纪要。」

✓ 「约王工 30 分钟，看他偷偷搭的那个工具，然后转发给全组。」

交换规则

和谁交换

同桌一人。你保管他的卡，他保管你的。

两周后

_____ 月 _____ 日，互相问一句：「那件事，做了吗？」——只问这一句，不评价。

收口 全场起立，每人读自己那一句。读出来的承诺，和写在纸上的承诺，是两种东西。

纸上填不动的，交给它

AI 组织体检师

这六张表你可以自己填，也可以让 AI 体检师陪你填——它一次只问一个问题，只认具体的事，替你把答案落进表里。

免费 · 丢给你自己的 AI

下载课程全文 PDF + 落地参谋提示词，
发给最熟悉你公司的那个 AI，
让它读完课，给你出《落地地图》。

体检师 · 完整体检（199）

体检 → 开方 → 复诊三段全流程，
产出你公司的《体检报告 + 施工单》，
两周后凭暗号复诊，追问「那件事做了吗」。



t.marsren.ai

扫码或输入网址：练习册 PDF、课程全文 + 参谋提示词、AI 体检师，三层都在这一页。

提醒 工具不会替你转型。它只做一件事：让「周一早上的第一件事」在你离开这页纸之前，被写下来。