

职业生涯规划实效设计与管理

【课程目标】

- 1、学员真正发现做职业生涯规划的重要价值。
- 2、学员愿意主动去做自己的职业生涯规划。
- 3、学员会做基于自己现职业的生涯设计。
- 4、学员能持续践行自己的职业生涯规划。

【课程特点】

- 1、趣味、生动，学员主动参与度高。
- 2、遵从实效，而非一堂知识普及课程。
- 3、融入心理教练、MCC（管理教练）内容，落地性明显。

【课程对象】

新进员工；职业生涯规划迷茫而致职业倦怠状态的员工；中层及重点岗位员工

【课程时长】 一天

【课程老师】 王伯元

【课程大纲】

一、导入与关系链接

1、开篇：

以南辕北辙的故事，并结合现在社会发展态势，阐述做职业生涯规划的必要性和紧迫性。

2、互动：

大家陈述自己曾经的职业想法，引出大家主动做职业设计的内动力暗线。同时注意解析学员职业生涯规划想法落空的前因后果。

3、共识：

A、学习目标、角色定位、心态位置。

B、学习的方法。

C、课堂规则。

二、发现自己

1、选择被迫

- 互动与教练。
- 发现自己过往被迫的心智模式。
- 由此融化员工与职场的关系。
- 停止抱怨与等靠，决定自己的选择。

2、受害与责任

- 区分归罪于内与归罪于外。
- 明了我是因世界是果的真相。
- 让本源的力量回归员工自身，愿意为自己做负责任的选择。

3、确定立场

- 凡事因我发生，明白自己想要什么。
- 区分人与事，很多时候人们习惯性掉在具体的事里。
- 每个人确定自己要成为怎样特质的人。
- 确定自己的做人立场，为下一步的职业设计做铺垫。

三、职业生涯实效设计

1、实效

- 做职业生涯设计的根本目的。

- 说到做到的职业生涯设计。
- 过去职业生涯设计做不到的因由解析

2、目标

- 区分目标与想法、目标与决定。
- 目标的分类（愿景目标、表现目标、行动目标）
- 决定+行动=验证。
- 两个基本点（感觉导向和结果导向）。
- 目标的三“定”、三“度”。

3、吸引力法则

- 注意力等于事实（相信什么，看到什么，得到什么）。
- 吸引力法则与目标规划。

4、规划六层次

- 使命、愿景（动态化、画面感、数据化）。
- 身份（身份与愿景的匹配）。
- 信念、价值观/价值规条。
- 能力。
- 行为。
- 环境。

5、职业生涯实效设计七步骤

- 区分两条线。
- 理清现状与想要的目标。
- 确定自己在单位职业发展要选择的角色位置。

- SMART。
- 职业生涯设计的时限技巧。
- 职业生涯设计与上级的关联。
- 职业设计的机密级心智模式。

四、职业生涯设计后的实效管理

1、一个心智模式、五个心态位置、匠人精神。

A、一个心智模式

$P(\text{表现}) = P(\text{潜力}) - I(\text{干扰})$ 。

B、五个心态位置

指责、自责、自醒、自觉、自度、自然。

C、职业生涯管理中的匠人精神

a、从一而始。

b、从一而就。

c、从一而终。

D、职业生涯执行中遇到的难题解析

a、现场个案式进行。

b、托付心态和解绑理论。

c、确立机制。

d、确立死党监督。

e、升级贡献角色与价值。

五、学习大总结。

1、每个人分享。

2、导师点评与提炼。