

《塑造职场阳光心态 构建和谐快乐职场》

课程背景

- 1、员工缺乏职业意识，未能按职业规范要求自己；
- 2、职场倦怠意识强烈；缺乏工作目标和动力；
- 3、工作表现消极低沉，职业化心态急需提升；
- 4、员工责任意识淡漠；逃避甚至推卸责任；
- 5、员工敬业程度不够，缺乏提升敬业度的方法。
- 6、职业素养、意识低下，职业化程度有待提高。

培训目标

- 1、解决员工职场倦怠，重塑员工职业心态；
- 2、帮助员工正视自我，激发员工工作激情；
- 3、培养员工感恩意识、分享职场感恩理念
- 4、增强团队凝聚力，提升员工团队精神；
- 5、增进团队成员感情，加强整体协作能力；
- 6、破除职场不良习气，构建和谐快乐职场；

培训对象

基层、中层员工

培训时长

1天（6H/天）

培训方式

讲授+分享+案例分析+互动+视频分享+讨论

课程大纲

一、前言：

- 1、从富士康“十三连跳”看阳光心态的重要性；
- 2、从过桥实验看心态对能力的影响；
扩展：从心态与能力，看职业人的四个维度；
讨论：你是哪种职业人？
- 3、从“死囚实验”看心态对心理的影响；
讨论：今天，你“变态”了吗？
- 4、结论：快乐，是一种选择的具体解读。

二、职业人应具备的心态

1、阳光的人生态度

(1) 对自己充满信心；

案例：自信的力量——相信我一定能成功；

(2) 对未来充满希望

分享：“这也会过去”的正确解读；

(3) 对生活充满目标

分享：目标对人生的作用；

讨论：如何做好目标管理

互动：你的目标是什么？

(4) 对工作充满激情

分享：简单的幸福定义——你幸福吗？

互动：爱情和婚姻的区别——你是如何认识爱情和婚姻的；

讨论：如何正确认识自己的工作？

2、积极的工作态度

(1) 敬业的心态：职业人的核心准则；

案例：小徒弟成功上位的奥秘

(2) 自发的心态：积极主动的工作；

分享：你还在等“领导”的命令么

(3) 主人的心态：为自己工作；

案例：为中华之崛起而读书——周恩来

(4) 使命的心态：为你的工作赋予意义；

互动讨论：你工作的意义是什么？

3、宽容的待人态度

中国人的智慧，你真的理解了么？

(1) 静坐当思自己过，闲谈莫论他人非；

思考：“慎独”与“自省”，你真的做到了吗？

分享：对待流言的“四不”

(2) 敬君子方显有德，怕小人不是无能；

讨论：什么是君子，何谓小人？

分享：如何对待君子和小人？

(3) 能吃苦方为有志之士，肯吃亏不是痴人；

互动：命运和人生是公平的么？——现在的我你爱理不理，，，

分享+案例分析：“吃亏是福”的正确解读；

(4) 退一步天高地阔，让三分心平气和。

案例1：大师的智慧——苏东坡与佛印大师“斗法”的故事

案例2：“六尺巷”的神奇魔力——你还在与同事“战斗”么；

案例3：青城山对联的正确解读——你为什么不开心；

(5) 总结：严以律己，宽以待人

4、感恩的生活态度。

观点：1、弱智多祈求，强者思感恩；

观点：2、感恩不是为了报恩，而是为了心怀感激。

(1) 对企业感恩：提供平台、工作机会、丰厚待遇、拓展关系…

(2) 对领导感恩：传授技能、认真指点、明确方向、承担风险；

(3) 对同事感恩——无私协助、鼎力支持；

(4) 对父母感恩——太阳光大，父母恩大。

互动1：感恩分享：你的感恩故事

互动2：在公司里，你还要感谢谁？

三、如何正确认知老板

观点：老板不是剥削者，而是服务者！

1、老板是企业里权力最大的那个人；

案例一：与老板相处之道；

案例二：让领导坐选择题。

2、老板是企业里风险最大的那个人；

案例一：老板的价值；

案例二：数据：当老板的风险。

3、老板是企业里最辛苦的那个人；

案例一：老板，你下班了么？

案例二：写给老板的诗。

4、老板是为所有人服务的那个人。

案例一：首富为什么会“爽约”；

案例二：皮鞋大王的伤心事。

互动：老板，永远都不会错。

总结：如何树立正确的职业心态、构建和谐幸福职场

