

员工职业素养提升培训

培训大纲

【课程时长】

1-2 天(6 小时/天)

【课程老师】

夏 峥

【课程大纲】

第一模块立足本职，素养提升

1. 深层解读职业道德素养基本规范

- 爱岗敬业
- 诚实守信
- 端正态度
- 明确责任
- 奉献社会

2. 自我认知与角色定位：认识自己的内在

- 认识职场
- 五维度测试
- 自我角色定位
- 团体互动：工作价值拍卖
- 立足本职工作

3. 自我的职业价值观

4. 自我的职业兴趣

5. 自己的优点和盲点

6. 心态改变命运，态度成就未来

7. 职场高效能人士的工作习惯的认知与养成，素养提升

- 职场良好习惯认知
- 检测自身具备哪些不良习惯
- 如何养成良好习惯
- 如何戒掉不良习惯

案例分享：经典的职业道德案例

第二模块爱岗敬业，努力工作

1. 爱岗敬业

- 为什么很多人不爱岗
- 做自己爱做的，爱自己所做的
- 热爱自己岗位的核心观念
- 敬业为谁
- 敬业的好处
- 如何体现敬业

2. 热情努力工作

- 努力是一种精神
- 对工作充满无限热情，努力对待
- 努力是对工作的态度和责任
- 努力付出与成功的收获成正比

互动讨论：您的工作心态如何？

第三模块敢于担当，人生出彩

1. 解读责任

2. 敢于负责，勇于担当

- 责随职走，心随责走
- 责任是一切动力的源泉

- 敢于负责、勇于担当是推动工作的重要保证

3. 工作责任感

- 工作就要负责任，责任产生使命
- 负有责任心，就要敢于担当
- 责任与敬业

4. 企业责任感

- 爱企如家的责任意识
- 负责任要从细节做起，细节决定成败
- 责任创造卓越

5. 共同享有人生出彩的机会

6. 共同享有梦想成真的机会

7. 实现梦想，从认真做好本职工作开始

第四模块 情商管理，压力缓解

1. 情商的力量

- 职场精英必须的两项能力
- 情商的定义：情商与职业情商
- 情商的内容

2. 人格对职业生活的影响-- 解读神奇的“人性地图”

3. 调整压力情绪的几个步骤

4. 压力情绪控制如何达到颠峰状态

- 情绪控制——情绪如何形成

- 情绪控制——如何每天达到颠峰状态

- NLP 改变情绪的技巧：价值运用、破框法、换框法

5. 调整情绪的十大讯号

6. 十种有力情绪

7. 情商修炼

- 情商自我训练：激励、控制与放松

- 创造，情商的最高追求

- EQ 的最高风范——负起责任与培养自信

讨论：

- 您有什么好方法来进行自我减压？

- 减压的营养与运动策略

- 神奇的自然疗愈法

第五模块 阳光心态，热情工作

1. 塑造阳光心态

- 人是身、心、灵的和谐统一
- 由外而内全面造就自己
- 改变现状首先要改变自己
- 唯有方向正确，努力才有意义
- 观念是行为的根本
- 阳光心态的小锦囊

2. 员工保持良好的精神面貌

- 积极的态度，工作积极性
- 良好的精神状态，是开拓事业、成就事业的重要保证

3. 带着积极热情去工作

- 积极热情是一种精神
- 对工作充满无限热情
- 积极是对工作的态度和责任

4. 积极的付出与成功的收获成正比

案例分享

互动讨论：如何对自身工作充满热情？

第六模块 人格修炼，乐于奉献

1. 塑造健康人格，传递正能量

- 健康人格特点
- 自我悦纳，接纳他人
- 人际关系和谐
- 独立自主，发挥自己潜能

2. 人格的魅力与提升方式

3. 人生的价值在于奉献

- 自我价值和社会价值的关系
- 人生的真正价值在于对社会的奉献
- 争做乐于奉献的企业员工
- 奉献企业，感恩企业

备注：案例分享