

《心灵智慧链接》

---感恩企业 快乐工作 幸福生活



【课程背景】

干好工作需要一个良好的工作心态，工作心态是决定性的。为人处事只有心思宁静、心气和顺，工作才会顺利，才会轻轻松松、快快乐乐，才会始终保持积极向上的心态。

心思宁静。当今世界，物质极大丰富，诱惑多多；价值观念多元，是非难辨，一些人心浮气躁、左顾右盼。要想保持一颗宁静之心，就必须坚定理想信念，忠实践行当代职场人核心价值观。要静下心来学习阳光心态，不断净化心灵，提高透过现象看本质、拨开迷雾知规律的本领。感恩企业、塑造阳光心态、拥有快乐职场，让我们一同步入学习和改变的快乐旅途……

【课程对象】

职场人士

【课程时长】

1天 (6小时/天)

【课程老师】

张瑶老师

【课程形式】

知识讲解 → 案例分析 → 头脑风暴 → 情景演练 → 视频播放 → 效果巩固 →

【课程特色】

独特：本课程最大特色是全程从心理学角度深入解析，当代员工心理深处解决问题，沟通心灵的链接。

【课程大纲】

一、突破自我，改变心智模式

- 1、突破原有的观念，建立新的行为思想习惯（放羊故事）
- 2、快乐工作的七种武器
- 3、自信心是成功的基石
- 4、建立快乐的人生模式
- 5、自我激励（互动体验-正能量语言）

二、积极心态、阳光人生

- 1、什么是积极心态？——积极心态的力量！
- 2、讨论：积极心态与消极心态对工作的影响？
- 3、心理测评：职场中的我表现是积极还是消极
- 4、消极心态的形成及危害（视频-水）
- 5、积极心态给人带来的益处
- 6、分组训练：当态度达到多少时，成功会百分之百
- 7、结果分享并总结

三、职场阳光心态之——承担责任

- 1、你在为谁而工作？定位不同，结果差别甚远！
- 2、责任越大，成就越大！不好好工作，谁的损失最大？
- 3、站在组织的角度想问题，你的成功随即展开
- 5、放弃责任，就等于放弃成长！承担责任是成熟的标志！

四、职场阳光心态之——坚持付出

- 1、职场成功的秘诀：热爱工作坚持到底 不找借口
- 2、盲目攀比：付出不同，怎能期待相同的回报？
- 3、工作就是你的银行，投入越多，收获越多！
- 4、获得晋升和提高收入的秘诀---提供物超所值的服务！
- 5、心理测评：员工分三种类型：红苹果 青苹果 烂苹果，你是属于哪一类？
- 6、寻找薪水以外的东西，你将会获得更多！

五、职场阳光心态之——绝对执行

- 1、短片分享：冲出亚马逊
- 2、服从是执行的基础，没有服从就没有执行，服从是成长最快的秘诀！
- 3、服从是领导之母，不懂得服从就不会领导！
- 4、执行是工作的最基本道德，执行成就自己
- 5、训练：游戏-执行成就了我（击打）

六、职场阳光心态之——团队合作

- 1、成功在于配合：配合客户配合团队配合同事配合自己
- 2、无坚不摧的团队来自全体成员的倾力合作，如何合作？
- 3、互动体验团队合作（瘸子走路）
- 4、合作是一种境界，如何打造合作团队（团队沟通“三要”）

七、阳光心态之——终身学习

- 1、领悟“上善若水”
- 2、性格决定人生
- 3、能力代表现在，学习力代表未来
- 4、讨论：工作抱怨回报太少的真正原因是什么
- 5、学习改变命运、心态与行动成就未来

八、职场阳光心态之——凡事感恩

- 1、为什么要感恩？——“感恩”的力量
- 2、感恩就是感恩一切，凡事感恩
- 3、音乐互动：感恩的心
- 4、感恩的伟大秘密：感恩越多 得到越多
- 5、感恩心灵的语录

总结本课程内容：互动体验“生命的河”

