

---

# 管理者的心理素质培训

## 【课程收益】

- 掌握管理人员所必需的管理心理学的基础知识和基本技能；
- 具有正确处理和协调人际关系的能力，同时具有良好的心理素质；
- 逐步提高其运用管理心理学理论分析问题和解决问题的能力；
- 学会激励下属，让下属与团队的绩效达到最大化。

## 【课程大纲】

### 前言----

#### 命运方程式

- ◇ 知天下者不怨天，知己者不怨人
- ◇ 一流企业由一流的员工组成
- ◇ 态度比能力还重要
- ◇ 自我品质的养成(SWOT 分析自己)

#### 一、后备干部管理理念篇

为什么要提高管理的理念

- ◇ 命运方程式
- ◇ 成事的关键
- ◇ 企业五个层面的竞争
- ◇ 改善做不好的症结
- ◇ 成功者四本
- ◇ "兵"与"将"的角色分别
- ◇ 不同管理层面的工作重点
- ◇ 管理者的角色典范
- ◇ 管理者的人性特质
- ◇ 后备干部应扮演的角色（人际关系角色.资讯角色.决策角色）

#### 二、领导心理

##### 1、领导的行为

- ◇ 领导行为的定义；

- 
- ◇ 影响领导行为的因素；
  - ◇ 决策的行为；
  - 决策过程与决策心理结构

## 2、领导艺术

- ◇ 时间管理的艺术；
- ◇ 聆听与授权管理的艺术；
- ◇ 领导者的创造力；

## 三、有效激励

### 1. 激励技巧（十“要”技巧）

- ◇ 听、帮、赏、长、信
- ◇ 论、实、明、通、小

### 2. 激励方法（“八”激励）

- ◇ 目标激励、恐惧激励、物质激励、信任激励
- ◇ 情感激励、工作激励、榜样激励、人性激励

### 3. 因人而有不同的激励方式

- ◇ 国际企业案例：物质激励与精神激励的结合
- ◇ 激励的最高准则
- ◇ 分组讨论---优点轰炸
- ◇ 创造激励的组织氛围

## 四、压力管理（EQ）篇

- 1、面对压力的类型
- 2、工作压力的自我评估
- 3、如何对抗压力、减轻压力的办法

## 五、自我素质提升篇

- 1、培养职场情绪的5大能力
- 2、如何学会和自己的负面情绪相处
  - ◇ 分组讨论：你平时如何平息自己的愤怒？
- 3、克服烦恼的原则、方法
- 4、良好社交的技巧

---

◇ 测试：看看自己是否是个受欢迎的人？

5、提升工作热情的 6 大方法

6、管理好人际关系，为工作助力