

打造个人品牌，做职场管理专家

适应状况

我们的绝大部分时间都在职场中度过。作为职业人士，既要成为上级的左膀右臂，又要成为下属的典范榜样。既要对得起岗位职责，又希望自己能够在工作中游刃有余。

每一天工作，都是一个职业化的修行过程。你是充实的，充满成就感的，还是悲观的，充满挣扎的，有时候和外界无关，而是因为自身思维模式。因为每个人都面临来自外界的不友好，每个人都要承受专属于自己的不公平。遇到这些问题，你是习惯性逃避，发飙，愤怒，还是合理的解决，让自己永远处于进步的状态？在职场当中，我们需要阅历，也需要有人指点。高老师从事职业研究多年，有多门著作发表。所以这节课可以帮助你。

课程收益

- 促进员工职业化进程
- 了解职业思维与自然人思维的不同
- 增加员工积极主动工作的内驱力
- 梳理正确的职业信念和价值观
- 提升职业能力包括情绪管理能力和逻辑表达能力
- 打造彬彬有礼冷静克制又充满内在动力的职业人

培训对象：

- 新入职员工
- 已有工作经验，陷入职业疲劳期，需要进行心态建设和加速职业化进程的老员工
- 有丰富职场经验，需要梳理沉淀职场理论的中层管理干部

课程结构（2天）

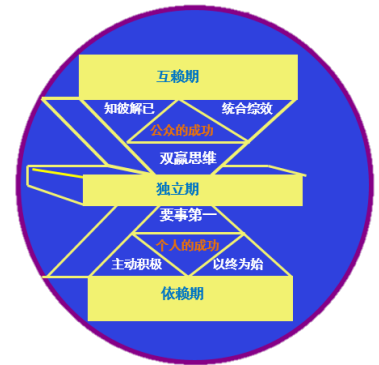
第一部分、职业化思维角度打造个人品牌（第一天）

一、职业化的意义和价值

1. 什么是职业化？
2. 从自然人到职业化的转变
 - 怎样避免成为“职场植物人”？
3. 高效能人士的七个习惯
4. 逻辑六层次

二、职业愿景与职业角色

1. Maslow 的需求层次理论
2. 个人职业愿景
 - 职业成长曲线
 - 实现条件
3. 组织职业愿景
 - 组织与员工间的价值互换
 - 评价工作者的两个维度
 - 组织中各级别角色认知
 - 中层管理者的职责
 - 优秀下属的行为准则



三、职业化信念与价值观

1. 化“问题”为目标
 - 目标管理的 SMART 原则
2. 化“抱怨”为“愿望”
 - 你所表达的并不是你想要的。
 - 把你所感受到的伤害都归因于别人。
 - 抱怨是把我们的标准强加于人
3. 化“关注”为“影响”
 - 关注圈与影响圈，提升职场人士自我反省与纠错能力
4. 价值感测试



那么，为什么我们的职场充满抱怨呢？

你所表达的并不是你想要的。

把你所感受到的伤害都归因于别人。

抱怨是把我们的标准强加于人

第二部分、左右脑平衡思考成就职场专家（第二天）

一、右脑驾驭术

1. 认识情绪了解情绪
 - 探究情绪的来源
 - The Flow State 最佳状态
 - 学会表达情绪与感受
2. 完善右脑自我提升的技能
 - 运用信念技术提升自己
 - 提升信念的技巧
 - 运用自我形象技术提升自己
 - 运用断言提升自我形象
3. 提升工作幸福感的 RELAX 原则

第四章 职业化的全脑管理 探究情绪的来源

•外界的人事物 → •人生

如何突破

1. 外界的人事物不一定操控情绪；
2. 情绪不一定操控行为；
3. 放弃情绪本身就是一种处理。



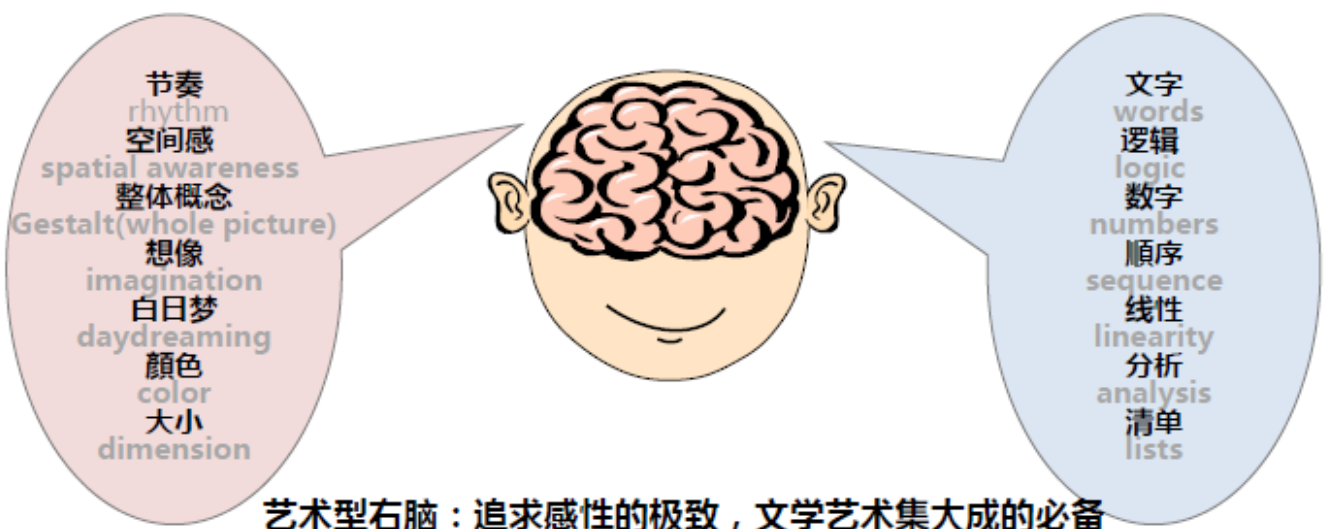
二、左脑思维整理术

1. 结构化思考：
 - 人类有喜欢整洁条理的天性
 - 数字魔法
 - 汉字魔法

第四章 职业化的全脑管理

左右脑均衡发展成就职业生涯

逻辑型左脑：追求理性的极致，以商业分析为主流应用



- 2. 思考的逻辑工具：思维导图
 - 思维导图的作用
- 3. 表达的逻辑：金字塔原理
 - 金字塔原理概述：
 - SCQA 序言的写法
 - 序言结构的四种模式
 - 金字塔原理的原则
 - 你没有想过的结论先行
 - 你没有想过的分类分组
 - 逻辑分类的 MECE 原则
 - 自上而下搭建金字塔
 - 自下而上搭建金字塔

表达的逻辑：金字塔原理

