

《黄金心态和职业素养》

——职场幸福课

【课程简介】

本课程为团队职业素质修炼课程，通过现场讲授加体验训练的方式逐次展开。

课程以“**幸福职场，感恩生活**”为主题，通过训练，使员工能够扫除心理的阴云、突破消极的“打工”意识和心态，扫除工作中积累的烦躁和抑郁，建立和谐的职场人际关系、积极的职业心态，热情地面对自己的工作，有力地承担起自己的责任，感恩生活，成就职场，回馈社会，在平凡的岗位上发出灿烂的光芒。

【参加人员】

本项培训适合各类企事业单位的员工及管理人员。

【培训时间】

1天。

【培训内容】

开营：团队建设

明确团队概念

树立 PK 文化

第一讲：职场成功的四大积极心态

一、你幸福吗？

二、爱上你的工作，此后的人生不再是劳作

二、成功的四大基础心态

- 1、敢——勇敢的心。男人所有的不幸，根源于不够勇敢。
- 2、快——行动的心。当你完全确定正确再行动时，你已落后。
- 3、学——学习的心。人之所以快乐，是感觉到自己在成长。
- 4、愿——原来的心。回归初心，只要你想

第二讲、百分百责任

什么叫百分百责任？每天在你心头升起无数次的念头会给你的人生带来怎样不可估量的影响？对与错之间，该如何区分？如何选择？

生命当中，职场当中，总会有乌云遮住太阳，今天，让影响人的四大消极心态烟消云散，让阳光照在脸上，让幸福绽放光芒！

1、从自杀心态到自救心态

2、从失业心态到就业心态

3、从背叛心态到忠诚心态

4、从委屈心态到和谐心态

第三讲、和你的事业谈恋爱

人之所以痛苦是因为做出了错误的选择。职业生命是人的第二生命，是绽放自己人生的舞台。如何在占据生命三分之一的工作时间过得快乐、充实、有意义，是每一个职场人都要面对的问题。

爱自己，爱家人，爱同事，爱客户，爱公司，爱上你的事业，人生八种爱是每一个人从优秀到卓越的必经之路，是让自己幸福的唯一法门。

1.人为什么会累？

2.爱不强者志不达

3.启动事业核能

第四讲、幸福职场，感恩生活

——大型体验式训练《风雨人生路》

为什么很多人终其一生一事无成，只落得牢骚满腹？

为什么和很多人总有贵人相助，职场、事业顺风顺水？

爱出者爱返，福往者福来。

幸福的人，成功的人，总有一句话：受人滴水之恩，应思涌泉相报。由此，他们得到了更多的帮助。

不幸福的人，失败的人。总有一个念头：我得到这一切都是理所当然。由此，他们发现身边的人一个个离自己远去……

- ◇ 《风雨人生路》，通过大型体验式训练，使团队成员深深地感恩，让团队成员看到多少人为我们付出；无论道路崎岖，无论风雨险阻，我终将一往无前，直到终点！
- ◇ 因为有你——我的父亲、我的母亲、我的朋友、我的同事……
- ◇ 谢谢你，生命从此不再孤单！

