
塑造阳光心态

第一部分 转变观念

作为一个当代职场人士，你面临的挑战是什么？你不得不想的几个问题？

是否还有成长的后劲？

知识的贬值

经验的饱和

能力的退化

是否正在漠视危险？

精神的压抑

健康的透支

快速的变革

如何迎接新时代的挑战？

第二部分 境由心造

心态具有多大力量呢？

心态对生理的影响：过桥的案例

心态对能力的影响：死囚的案例

心态好，能力增强；心态不好，能力减弱。心态就具有这么大的力量，从里到外影响着你！

一个人的能力来自哪几个方面？能力齿轮模型

你以何种态度对待工作呢？

1. 消极心态的坏处

2.积极心态的好处

3.树立积极的心态

二、职场人士必备的心态 爱上你的工作，选择你的态度

感恩的心态：我们是什么？生在什么空间？天道、地道、人道说的是
什么？

归零的心态：人是怎样进步的？刘欢唱的一首歌《从头再来》对吗？

学习的心态：印度洋海啸带给我们的启示是什么？

创业的心态：为自己工作对吗？它真正的意义是什么？

积极的心态：野兽理论；怎样进行积极心态的调整与训练？

付出的心态：舍得是什么？

坚持的心态：丘吉儿的三句话

共赢的心态：你不是一个人在战斗

服从的心态：职场第一要责

忠诚的心态：做人的第一准则

三、改变从心开始，塑造阳光心态

1、改变态度；

2、享受过程；

3、活在当下；

4、把握自己；

5、学会弯曲

6、天堂、地狱由心造

四、幸福人生的六颗心

1、喜悦心；

2、同理心；

3、利他心；

4、赞美心；

5、包容心；

6、感恩心

第三部分 再塑自我

弃过去之悔：过去的只能作为回忆

解现在之恼：要面对的是今天

化将来之忧：未来是由今天创造的