
幸福的职业人生

【课程背景】

《幸福的职业人生》是个人发展类的课程，从央视幸福感调查引入到职业幸福感，具体从发现天赋、提高幸福指数和发展职业生涯三个角度展开。在讲述职业发展的工具和方法论的同时，重点强调了“发挥优势”、“努力工作”、“改变思维”、“工作意义感”、“积极情绪”、“修身正心”。通过该课程的学习，学员将有以下收获：

【授课时长】

6 学时

【课程收益】

- 能陈述发现天赋的三种方法；
- 掌握提高幸福指数的技巧；
- 了解职业开发的常见方法和模型。

【授课对象】

- 企业核心骨干、拟发展人员、管理干部、全体员工

【授课方式】

- 讲授、游戏、练习、小组讨论、角色扮演、案例分析、故事分享……

【课程特色】

- 课程从人力资源开发专家的角度详尽地讲述了职业发展的关键点，课程凝聚了讲师 18 年来近 10 万人的面试评价、万余人的培训实战、100 余人的精准职业辅导；
- 世界 500 强企业人才测评与发展的主要工具与方法；
- 专业的职业生涯规划咨询工具和模型，工具可实施、可落地。

【课程大纲】

一、发现你的天赋

- 什么是天赋？
- 发现天赋的三种方法
- 探索实践法

-
- 量表测评法（常用测评工具介绍）
 - 盖洛普优势识别器、MBTI 职业性格现场测评、职业价值观现场测评……
 - 自我对话法

二、提高你的幸福指数

- 影响幸福指数的三大维度
- 意识活动重建
- 幸福指数提升的三大基础要素

三、管理你的职业生涯

- 职业生涯管理的本质
- 什么是职业生涯管理？
- “步步为营”还是“随遇而安”？
- 职业生涯管理的关键点
- 职业生涯管理的时间线
- 职业生涯管理的转折线
- 职业生涯管理的抛物线
- 职业生涯管理的实施步骤

四、职业生涯开发与实施

- 职业生涯开发的七种战略
- 能力开发的常见参考模型
- 人才成长五级模型
- 人才成长的三种路径
- 能力开发的高级手段
- 能力开发的误区

五、职业生涯发展的根本之道

- 儒家《大学》的人才发展路径
- 人才发展的根本之道