
《心态正能量与卓越团队建设》

【授课时长】

12---18 个小时 (2--3 天)

【课程收益】

- 1、通过讲授阳光心态、共赢心态、感恩心态，让员工达到调整心态，把握姿态，适应时态的目标
- 2、帮助员工认识和减轻心理压力，愉快的工作学习
- 3、明确团队的特点，打造高效团队，提升团队凝聚力和战斗力

【授课对象】

企业全体员工

【课程特色】

讲师讲授、案例分析、视频+游戏+课堂讨论和分享

【课程大纲】

心态正能量：《成功从“心态”开始》（两天）

一、阳光心态，快乐之源

什么是阳光心态？阳光心态是积极向上、知足常乐、感恩图报、乐观豁达观的一种心智模式。

（一）心情好才有好生活

故事 1、两个小孩子 故事 2、当你被偷以后会怎么想？

（二）发现美丽，乐观豁达

1、生活不是缺少美，而是缺少发现美的眼睛

课堂互动：赞美你的……

2、好孩子是夸出来的

观察：黑点 故事：1、只有你能欣赏我

（三）知足常乐 知不足常思 不知足常进

1、来点阿 Q 精神 故事 2：人人都是百万富翁

2、只看自己拥有的，不看自己没有的 案例：黄美廉的故事

3、积极奋进，演绎精彩人生 视频：谢绅山的故事

二、积极心态----进取之路

问：穷人缺什么？富人有什么？

（一）什么是积极心态

积极心态是一种敢于拼搏、锐意进取、乐观向上、充满自信、坚定执著的心智模式。

案例分析：他是谁

课堂互动：你认为自己行就一定行！让别人相信你行！

成就你人生的十大积极心态

视频：画出生命的色彩

(二) 塑造积极心态

培养积极心态的路径

- 1、明确目标，制定计划
- 2、立即行动，拒绝拖延
- 3、不怕磨难，笑对挫折

(三) 控制消极心态

毁灭你人生的十大消极心态

控制消极心态的方法

- 把注意力放在美好的方面
- 学会转换思维方式
- 与朋友交流沟通、倾诉
- 适当运动使情绪得到宣泄

结束语：选择

三、共赢心态----和谐之根

共赢心态是一种理解、包容、合作共赢、和谐共事、成人达己的心智模式 合作才能共赢

(一) 帮助别人，成就自己

- 1、自己的成长需要他人的扶持
- 2、帮助别人成功自己才能成功

(二) 学会包容，懂得分享

- 1、情商比智商更重要
- 2、宽以待人，严以律己

四、感恩心态----心灵之魂

(一) 感恩心态及其特点

- 1、感恩是一种幸福生活方式
- 2、感恩是一种基本的伦理美德

- (1) 感谢父母。(2) 感谢老师。(3) 感谢无私帮助我们的人，他们用真情温暖我们的身心；
- (4) 感谢接受我们帮助的人，他们用无奈延续我们的善良。

(二) 爱出者爱返，福往者福来(知恩、感恩、报恩)

- 1、善于赞美
- 2、心存敬畏
- 3、停止抱怨
- 4、乐于奉献

团队建设：《用亮剑精神打造高绩效团队》(一天)

一、亮剑精神与高绩效团队

主题音乐：众人划浆开大船

故事导入：龟兔赛跑故事新解

(一) 团队要敢于亮剑

什么是亮剑精神：观看视频“亮剑”片断

“亮剑精神”就是传承中华民族永不服输和奋斗不息的精神，就是敢于战斗、善于战斗、直到取得决定性胜利的精神，就是坚毅、果断、锲而不舍、不达目的不罢休、坚决彻底的执行精神。

什么是团队？

提问：一滴水怎样才能不干涸？

团队的基本特征

- 各成员由一共同目标聚集在一起
- 各成员在心理上相互依赖和认同
- 各成员在行为上相互配合和制约

各成员对该群体都有一种归属感

(二) 团队与群体有何不同

(三) 高绩效团队的表现和特点

1、高绩效团队的内在表现：

共同的目的

稳定的工作系统

解决复杂问题的能力

因集体协作而提高工作效率

与时俱进持续改善创造优良绩效

2、高绩效团队的外在表现

统一规范的团队标识

高层大力倡导与倾心支持

成员构成流动有序

人格力量的相互吸引

轻松随意的交往方式

二、高绩效团队的成长过程

(一) 高绩效团队建设的前提和基础

1、前提

- 相似的群体背景 有效的人际沟通
- 合理的激励机制 险恶的外部环境

2、基础

- 心理认同 行为互动
- 诚信笃实 自我超越

(二) 高绩效团队的成长过程

第一阶段——建成阶段

- 寻求共同目的 凝成利益群体 推举领导班子

第二阶段——成长阶段 观看视频：电视剧“亮剑”片断

- 明确主辅关系 沟通合作默契 行动协调一致

第三阶段——成熟阶段

- 铸造群体灵魂 增强群体活力 提升群体等级

第四阶段——转型阶段

- 变革求得生机 内外融为一体 共创新的天地

(三) 团队成员的分工与定位

贤者启上：高层讲究事业心

能者启中：中层讲究上进心

工者启下：基层讲究责任心

三、用亮剑精神打造高绩效团队

(一) 高绩效团队建设三步曲 案例分析

团队设计：用发展吸引人

团队管理：用机制管理人

团队改进：用文化留住人

(二) 高绩效团队建设之雁阵启示 观看动漫：大雁的启示

1、团队建设的星系模型：和而不同，既聚又离

2、团队建设的舰队模型：聚而不死，分而不散

3、团队建设的雁群模型：群体领导，个人负责

(三) 打造高绩效团队的 DNA---团队精神

1、创建高绩效团队的六个要素：

激动人心的目标；课堂游戏：打靶

众望所归的领导；案例分析：西游记取经团队

积极奋进的精神；

规范有序的流程

全力以赴的成员；

坚韧不拔的执行

2、如何培养团队精神：增加团队凝聚力

课堂总结：