

# 企业幸福的智慧培训

互动体验式工作坊

课程背景：

在追求卓越的路上，许多人忽略了对心灵的关注，耀眼的光环下面。常常是内心的熬煎。一个具有主观幸福感的管理者与一个悲观的管理者，谁的绩效会更好呢？如果你是一个员工，你又愿意选谁当你领导呢？对于那些奋力向顶峰攀登的人而言，如何在到达山巅时也能气定神闲？是非曲直不是做事的标准，成功、健康、幸福才是标准。辉煌的事业是一时的成就，美满的家庭才是一生的财富。

“了解自己”是开始了解这个世界的开始，如果你觉得世界的大门对你紧闭，我们寻遍千山万水，终其一生也许都一无所获，那是因为，你自己就是那把钥匙，而我们拼命地向外找寻着，却不知道原来这把钥匙就是你自己。“上帝”是顽皮的，他又是仁慈的，他把所有的一切都已经给予了我们，而他试图教会我们的第一课就是要珍惜自己并开始向内学习。

幸福是人生的最终目的，追求幸福是人类所具有的天赋权利。在现实社会中，每一个人都在追求幸福。然而，什么是幸福？您的幸福水平有多高？为什么有的人幸福，有的人不幸福？幸福来自何处，又是如何产生的？实现幸福的途径与方法是什么？本课程从幸福心理的结构、研究方法、评价手段、身心基础进行讲解，为学员提供改善生活质量，增强幸福的知识、方法与途径。拥有明确的人生目标，和谐的人际关系，积极开放的心态，发展出自我和他人的内在力量，吸引更多事业成功的机会！

企业幸福既是一种状态，也是一种管理模式，当下拥有幸福感的企业才更具有市场竞争力，如何在转型中缔造幸福企业已经成为不可避免的重要课题。

然而，幸福的企业究竟是怎样的？

课程特色：

在商海拼搏这么多年，您是否有思考过

- ★为什么团队成员始终在抱怨，找借口，推卸责任，工作效率低？
- ★为什么同事间凝聚力不强、相互扯皮、做事不认真？
- ★为什么人才流失率较大，员工对企业的忠诚度不高
- ★为什么您的亲人、友人及伴随企业成长起来的老人、能人都不能全力以赴支持到您？
- ★为什么您的企业越大，人才越多，而您却更累？

我们在这个繁杂的社会中行走，渐渐地就会将很多东西慢慢地遗忘，丢掉。当你步入公司，看见的是一张张没有表情的面具脸，感受不到工作给你带来的自豪和骄傲；当你回到家中，耳边响起的是爱人的抱怨和孩子的吵闹，感受不到家庭给你带来的体贴和温暖。我们不禁自问，以前陪伴我们的幸福哪里去了，是它抛弃了我们，还是我们在追逐着物质的满足中丢下了它。

#### 【课程目标】：

1. 了解幸福心理学最前沿的理论研究与体系
2. 掌握幸福心理与幸福生活的原理与方法
3. 达到以愉快的体验更好地投入工作和生活，以提升生活品质
- 2、发觉很多人愿意向你靠近，影响力大增，不知不觉的让你身边的人进步；
- 3、掌握思考的奥秘，知道如何思考和引导别人如何思考；
- 4、掌握对话技巧能有效提升你的沟通、谈判、说服能力，使你拥有圆融的人际关系；
- 5、掌握行动的奥秘，知道如何去推动自己和他人；

## 本课程分三大模块

**觉醒 (awake)** 可作醒悟，觉悟讲，指进入到一种清醒的或有觉知的新状态。直觉与思想，感觉与感受，都在影响我们的生活。有些人似乎有着较敏锐的直觉，然而它潜在的本能是每个人都具备的，只是有些人选择发挥直觉的能力，有些人选择否定它的存在而已。要发展与内在心灵的沟通，并接受它的智慧之指引，需要在练习中加强它的力量。

**疗愈**其实就是透过“共振”来转换人的电磁场中低频能量状态，这表示我们是可以通过一些方法来调高我们自己的能量，转化升华成精细轻快、密度小、振频高的能量。

共振可以应用在人体的各个层次上，可以将转换成密度较小的健康肌肉；在情绪上，可以将负面转换成正面的欣赏，将悲观转为乐观的态度；从而唤醒我们的灵性意识，重新和自性本体连结，最后达到和合而为一体的状态。

**整合**人需要在自我觉察和自我探索的过程中通过对自我的不断学习和认知来重新审视自己的生活道路，做出更适合其人性本质的选择。在这个觉察→选择→行动→转化过程中，个人被卡住的心理和病理能量得到松动，开始流淌、减弱或转化，因而改善身体健康和增进精神福祉。这个过程既涉及到一个人信念层面的再确认，工作和人际关系等具体生活形态方面的转化。

整合就是把一些零散的东西通过某种方式而彼此衔接，并最终形成有价值有效率的一个整体。

#### 培训受众：

中基层员工，可根据不同层级的员工做灵活的调整

#### 课程大纲：

《幸福的智慧》课程内容包括夫妻感情智慧，父母教育孩子的智慧，财富的智慧，健康的智慧。人们有以下的收获：

- 1、放下头脑和身体里的担心、恐惧，压力、控制、内疚、对抗、评判等一切负面的能量！让和平、

喜悦显现，和宇宙连接！

- 2、获得财富的三大真理，真理
- 3、如何让心愿轻松显现
- 4、如何接收到新生意的能量
- 5、如何让吉财丰盛
- 6、一个让财富、美好的情感关系和健康同时显现的智慧！
- 7、爱自己的六大智慧
- 8、清理财富、美好的情感关系和健康三方面的负面信念
- 9、如何释放压抑的情绪
- 10、如何和高级头脑连接上
- 11、真正成功的意义
- 12、如何和真我连接上
- 13、活在当下的智慧

课程让人们福慧双修，带给人们在个人，家庭，事业上获得平衡式成功的人生！