

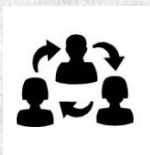
刘 上

阳光心态与内在智慧

培训大纲



轻松的课堂氛围



别样的互动场面



持续满意的效果

❖ 课程背景

有人说心态可以决定人的一生，也有人说心态是自己可以掌控的。一个组织最重要的是人，利用好人的属性和人的心态，往往会提高其工作的状态和效率。员工要每天面对工作任务和业绩要求，面对与人合作和人际沟通，没有一个积极的心态，就会产生很多的抱怨和不满，影响着工作效率和良好的生活品质。

员工只有管理好自己的情绪、塑造阳光心态，享受工作才能快乐的工作，只有快乐的工作才能给企业创造更大的财富，达到与企业共赢的目的。

❖ 课程收益

★通过课程学习帮助学员去营造一个积极、自信、包容、自律的环境。

★帮助学员找到如何快乐工作、快乐生活的途径，如何使学员拥有像阳光一样的积极的心态。

★帮助学员快速融入团队，成为一个受欢迎的人，用快乐之心去工作，去生活，建立起积极向上的人生价值观，释放出强劲的影响力以获取健康的人生！

❖ 授课时长

一天课程

❖ 课程对象

全体管理人员及员工



❖ 课程形式

情景演绎+视频学习+现场访谈

+ 提问互动 + 精彩点评

❖ 课程大纲

第一章：心态的认知

一、阳光心态的定义

阳光定义、心态定义、阳光心态定义

二、心态的力量

心态影响能力

心态影响生命

心态影响后代

三、心态决定命运

心态与命运的关系

幸福生活的根源

第二章：人性的特点

一、人性的需求：

生理需求、心理需求、心灵需求

二、追求的方向

赞美、认可、欣赏

自信、积极、主动、乐观、感恩

三、逃离的方向



悲伤、痛苦、气愤

你为什么要工作

第三章：阳光心态基因

一、求内思维

- 1、九牛之人
- 2、自查、自省、自律
- 3、空杯与学习
- 4、反求诸己

二、智慧锦囊

- 1、责任者与受害者
- 2、己所不欲，勿施于人
- 3、己欲立而立人，己欲达而达人
- 4、一切皆有可能

三、领悟人生

- 1、活在当下
- 2、有因有果
- 3、共赢
- 4、天堂与地狱

