



# 职业精神与阳光心态

高秋红

## 【课程背景】

21世纪是一个充满竞争的世纪，企业员工必须面对越来越快的工作节奏，承受越来越大的压力，工作变得单调枯燥，容易出现生理、心智和情绪方面的问题。当员工出现相关症状时，我们可以判断员工面临极大的压力让其失去活力。因此，重视员工心态管理，已成为企业人力资源管理的一个重要方面。惟有当我们充满活力地工作时，我们才能享受每天有限的幸福，过得满足而又有意义；企业也才能享受到来自激烈竞争中有限的利润，获得可持续发展的核心能力。

## 【课程对象】

企业全体员工

## 【课程时间】

3-6小时

## 【课程纲要】

### 第一单元：职业化认识与自我定位 (1-2小时)

#### 模块一：时代解读与环境分析

- 1、我们处处的新时代特点、环境解析
- 2、认识企业与企业文化
- 3、企业中的四种人
- 4、未来市场竞争中企业需要什么样员工？

案例：互联网营销渠道、公司要求化妆

讨论：你是新时代的人么

#### 模块二：优秀员工的自我认知

- 1、认识自己，我究竟是谁？
- 3、我要去哪里，我要怎么去？
- 4、我的优势与劣势分析
- 5、从普通到优秀到卓越能力模型
- 6、职业生涯规划与职业选择
- 7、职场危机与商战危机

案例：迷茫的小赵、王经理升职记



故事：两颗种子，两种人生

## 第二单元：职业精神与职业道德 (1-2 小时)

### 模块三：职业精神与职业道德

- 1、什么是职业精神
- 2、职业精神的体现
- 3、职业道德的内涵
- 4、职业道德的修炼

案例：2015 年 3.15 晚会、马班邮路上的忠诚使者

### 模块四：职业化态度

- 1、个性影响职业的前途
- 2、何为积极的工作态度
- 3、工作中的情绪认知
- 4、培养自控能力
- 5、压力管理方九秘诀

案例：A\B\C 你是哪一位？、压力测试表等

故事：苏东坡与佛印

### 模块五：感恩的心态

- 6、你认为理所当然的将会越来越少,你要去感谢,感恩得到的将越来越多！
- 7、通过竭尽所能的服务，来感恩所有的客户
- 8、感恩可以赢得未来和平台

## 第三单元：态度决定一切 (1-2 小时)

### 模块七、态度的诠释——何为积极地态度

- 1、什么是积极的态度
- 2、积极的语言提升你的性格
- 3、成功是因为态度

### 模块八、设定目标与信念

- 1、目标的制定
- 2、目标要正确
- 2、目标的期限
- 3、人生最大的财富是什么
- 5、发现一个崭新的你



- 6、奇妙的乐观主义
- 7、语言的力量
- 8、医治失败恐惧症的秘方

#### 模块九、设定目标与信念

- 1、把握今天——将今天发挥到极致
  - (1) 现实与梦想的距离
  - (2) 真正属于你的只有“今天”
- 2、自我实现——创造成功与幸福的人生
  - (1) 化茧成蝶的蜕变
  - (2) 开创幸福的人生