

# 打造个人品牌，做职场管理专家

讲师：高春燕

## 适应状况

我们的绝大部分时间都在职场中度过。作为职业人士，既要成为上级的左膀右臂，又要成为下属的典范榜样。既要对得起岗位职责，又希望自己能够在工作中游刃有余。

每一天工作，都是一个职业化的修行过程。你是充实的，充满成就感的，还是悲观的，充满挣扎的，有时候和外界无关，而是因为自身思维模式。因为每个人都面临来自外界的不友好，每个人都要承受专属于自己的不公平。遇到这些问题，你是习惯性逃避，发飙，愤怒，还是合理的解决，让自己永远处于进步的状态？在职场当中，我们需要阅历，也需要有人指点。高老师从事职业研究多年，有多门著作发表。所以这节课可以帮助你。

## 课程收益

促进员工职业化进程

了解职业思维与自然人思维的不同

增加员工积极主动工作的内驱力

梳理正确的职业信念和价值观

提升职业能力包括情绪管理能力和逻辑表达能力

打造彬彬有礼冷静克制又充满内在动力的职业人

## 培训对象：

新入职员工

已有工作经验，陷入职业疲劳期，需要进行心态建设和加速职业化进程的老员工

有丰富职场经验，需要梳理沉淀职场理论的中层管理干部

## 课程结构（2天）

## 第一部分、职业化思维角度打造个人品牌（第一天）

### 一、职业化的意义和价值

1. 什么是职业化？
2. 从自然人到职业化的转变

怎样避免成为“职场植物人”？

3. 高效能人士的七个习惯
4. 逻辑六层次

### 二、职业愿景与职业角色

1. Maslow 的需求层次理论
2. 个人职业愿景

职业成长曲线

实现条件

3. 组织职业愿景

组织与员工间的价值互换

评价工作者的两个维度

组织中各级别角色认知

中层管理者的职责

优秀下属的行为准则

### 三、职业化信念与价值观

1. 化“问题”为目标

## 目标管理的 SMART 原则

### 2. 化“抱怨”为“愿望”

你所表达的并不是你想要的。

把你所感受到的伤害都归因于别人。

抱怨是把我们的标准强加于人

### 3. 化“关注”为“影响”

关注圈与影响圈，提升职场人士自我反省与纠错能力

### 4. 价值感测试

## 第二部分、左右脑平衡思考成就职场专家（第二天）

### 一、右脑驾驭术

#### 1. 认识情绪了解情绪

探究情绪的来源

The Flow State 最佳状态

学会表达情绪与感受

#### 2. 完善右脑自我提升的技能

运用信念技术提升自己

提升信念的技巧

运用自我形象技术提升自己

运用断言提升自我形象

3. 提升工作幸福感的 RELAX 原则

## 二、左脑思维整理术

1. 结构化思考：

人类有喜欢整洁条理的天性

数字魔法

汉字魔法

2. 思考的逻辑工具：思维导图

思维导图的作用

3. 表达的逻辑：金字塔原理

金字塔原理概述：

SCQA 序言的写法

序言结构的四种模式

金字塔原理的原则

你没有想过的结论先行

你没有想过的分类分组

逻辑分类的 MECE 原则

自下而上搭建金字塔

自上而下法搭建金字塔