

## 课程名称：《职场达人修炼之职业素养篇》

主讲：乐嘉琪老师 6课时

### 【课程背景】：

在职场里，常常有人忙忙碌碌却绩效欠佳，有人工作多年却无法升迁，有人能力很强却得不到上司和同事的认可。究其原因，大多是因为缺乏职场成功的关键因素——职业素养。

【课程对象】：银行从业人员

### 【课程目标】：

通过本课程的学习：

- 1.知道职业素养的构成要素；
- 2.建立阳光心态和空杯心态；
- 3.培养良好的时间管理能力；
- 4.打造高效的团队协作能力。

【授课方式】：理论讲解+互动+案例+讨论+情境演练

### 【课程大纲】：

第一模块：课程导入

第二模块：职业素养的概述

第三模块：打造良好的职业心态

第四模块：提升自身的职业技能

第五模块：总结

### 【展开如下】

第一模块：课程导入

- 案例分析:《王晓军很忙》、《老王想升职》、《我为什么得不到上司的赏识》

- 讨论：你觉得他们的问题在哪里？

## 第二模块：职业素养的概述

- 职业素养的内涵
  - ✓ 剧本演练：小陈的工作状态
  - ✓ 职业素养的冰山理论：显性素养、隐性素养
  - ✓ 职业道德的范畴：职业心态、职业道德、职业技能
- 职业素养的构成要素：职业心态、职业道德、职业技能
  - ✓ 职业心态：阳光心态、空杯心态、服务心态
  - ✓ 小测试：怎样帮领导打印材料
  - ✓ 案例：《小刘是如何开会的》
  - ✓ 职业道德：是职业发展的基础
  - ✓ 案例分析：最高人民法院副院长黄松有案、安徽阜阳毒奶粉案
  - ✓ 职业道德的五个范畴：爱岗敬业、诚实守信、办事公道、服务群众、奉献社会
  - ✓ 职业技能：工作绩效、团队合作
  - ✓ 案例分析：《没功劳有苦劳》、《老员工带教》
- 为什么需要提升职业素养
  - ✓ 案例分析：《吉林中百大厦的大火》、《日本饭店刷盘子》、《三鹿奶粉案》
  - ✓ 职业素养的重要性：个人、企业、国家

## 第三模块：打造良好的职业心态

- 剧本演练：《糟糕的一天》
- 心态的力量：影响能力、决定成败、影响健康
- 树立阳光心态
  - ✓ 阳光心态的内涵
  - ✓ 塑造阳光心态的方法

- 改变态度
  - 转移眼里
  - 情感独立
  - 学会感恩
  - 活在当下
  - 享受过程
- 树立空杯心态
- ✓ 案例分析：《大师的一杯茶》
  - ✓ 空杯心态的内涵
  - ✓ 空杯心态的价值体现
  - ✓ 职场人的三种状态分析
  - ✓ 案例：《博士今天要打杂》、《小鲜肉教老司机玩转微信营销》
  - ✓ 练习：我的需要清空的清单
  - ✓ 建立空杯心态的三个阶段

#### 第四模块：提升自身职业技能

- 视频分析：《死神的账单》
- 游戏：我们的时间
- 培养良好的时间管理
  - ✓ 时间管理的目的
  - ✓ 时间管理的内涵
  - ✓ 思考：您时间不够用的原因
  - ✓ 时间管理的方法
    - 制定计划法
    - 四象限法
    - GTD 法
- 打造高效的团队协作能力
  - ✓ 剧本演练：《老乔的问题》
  - ✓ 团队协作的基础：尊重沟通和理解
  - ✓ 情感账户的存取

- ✓ 快速融入团队
  - 及时沟通
  - 换位思考
  - 低调做人
- ✓ 练习：你如何处理与同事的冲突
- ✓ 处理冲突的方法
- ✓ 建立良好的人际关系
  - 与上司相处的方式
  - 与同事相处的方式
  - 与客户相处的方式
- ✓ 游戏：红黑大作战

## 第五模块：总结