

# 员工职业素养提升

## 课程背景：

目前企业的新员工普遍受教育的程度相对较高，从学校毕业进入企业组织后，怀着对职场未来的梦想，对企业、对组织、对自己美好憧憬，拥有满腔热情和干劲，而且他们往往具有强烈的好奇心和想象力，容易接受新鲜事物，敢于挑战权威，有开拓创新的精神。但因为初入职场，缺乏责任心，缺乏团队协作精神，以自我为中心，对待工作想留就留，想走就走等问题也同时屡见不鲜，令管理者们伤透脑筋。

多年前的职场人士认为自己是在为老板打工，所以工作得过且过，混日子；现在的职场人士认为自己是在为自己打工，所以开心就留不开心就走，职业态度不平衡，自我认知不清，对职场的经验不足，认识不够，如何帮助员工找到自己在企业中的定位，发现自己的优势，开发内在的潜能，使之更好地适应当前工作岗位，更好地晋升更高的岗位，最大限度地发挥自我才能，实现最高程度自我价值，成了企业关心焦点。

企业只有帮助员工树立正确积极的阳光心态，塑造和提升职业化的素质能力，才能令员工以感恩、尽职、成长的状态与企业共同发展，共创美好。

## 课程收益：

- 帮助员工认清自我定位和职业意识，打下坚实基础
- 帮助员工做好职场定位，激发工作驱动力
- 帮助员工做好情绪管理，更快速的适应职场
- 提升员工职场礼仪，塑造专业职场形象
- 帮助新员工提升职场人际敏感度，提升沟通能力，减少矛盾冲突

**课程时间：**2天，6小时/天

**课程对象：**全体企业员工

**课程方式：**讲师讲授+案例分析+视频互动+角色扮演+游戏体验+情景模拟+实操演练

## 课程大纲

### 导引：开场互动游戏

**职业梦想图：**请画出：10年以后你在过着什么样的生活

**小组讨论：**如果要拿到一幅自己完全满意的人生，可以有哪些方法和技巧？

**总结：**认清并改善自己——乔哈里窗

1. 已开的窗户：自己能坦然让别人知道的领域
2. 隐蔽的窗户：自己刻意隐蔽，不让别人知道的领域
3. 盲目的窗户：别人看得清楚，自己却全然不知的领域
4. 黑暗的窗户：自己和别人都不知道的无意识领域，是潜力所在的地方

## 第一讲：职业素养——职业意识

### 一、四种职业意识

1. 第一种人：工作仅为了满足个人的需求
2. 第二种人：只满足于安全需求的层次
3. 第三种人：考虑的完全是企业的要求
4. 第四种人：把工作跟自己的事业紧密地结合起来
5. 正确职业意识的三个正面影响

- 1) 改变工作原动力
- 2) 提高个人绩效
- 3) 促进职业生涯的成功

## 二、良性的自我暗示：提高成就欲

1. 相信自己，人生有梦，逐梦踏实
2. 成功者与失败者的成就欲特征
3. 发现你的优势，发现你的潜能，确定好自己的奋斗目标

## 4. 职业生涯三阶段

- 1) 职场前期：努力提升能力适应职场需要
- 2) 职场中期：主动出击，升级思维，明晰自己的发展通路
- 3) 职场后期：终身学习，不被替代，修炼解决问题的能力
5. 寻找榜样为参照进行自我激励
6. 保持自信而健康的心态

## 三、学会掌控自己的情绪

### 1. 困扰我们的三种职业情绪

- 1) 职业情绪之倦怠：倦怠的心理机制及具体表现
- 2) 职业情绪之焦虑：焦虑的心理机制及具体表现
- 3) 职业情绪之失落：失落的心理机制及具体表现

### 2. 了解职业情绪

- 1) 常见的职业情绪口头禅

情绪自评工具：如何觉察自己的职业情绪？

### 3. 职业情绪处理方案

- 1) 从悦纳到改变：职业情绪处理三步走
- 2) 焦虑策略：降低要求、提升能力、发挥优势
- 3) 厌倦策略：提升职业兴趣、增加变化、职业外的兴趣爱好培养
- 4) 失落策略：清晰原因、链接价值、主动投入

## 四、成功必备——培养真正的责任感

1. 主动承担责任是为自己负责
2. 没有任何借口：借口是侵蚀责任感的毒药
3. 从细节处做起

## 五、战胜自己——提高挫折承受能力

1. 挫折并不可怕：挫折让人快速成长
2. 战胜挫折的态度
3. 战胜挫折的行动

## 六、成大事者的关键——塑造诚信形象

### 1. 人无信而不立

- 1) 没有诚信，就没有取得永久成功的基础
- 2) 诚信，是人一生最重要的资本

### 2. 从细节处建立良好的信誉

- 1) 信守约定
- 2) 不轻诺，不浮夸
- 3) 迅速行动
- 4) 诚心和人接触
3. 踏踏实实做出业绩

## 七、工作必须——树立团队精神

1. 团队精神对个人的发展与工作非常有利

2. 团队的特征
3. 学习协同工作

## 第二讲：职业素养——自我认知

### 一、职业兴趣

**实操演练：**兴趣岛——你想降落在哪个岛上？

1. 霍兰德职业兴趣测评
- 2. 六大类型特点介绍**
  - 1) R型人：实用型——任务与技能导向
  - 2) S型人：社会型——和谐与服务导向
  - 3) A型人：艺术型——美感与完美导向
  - 4) C型人：事务型——稳定与安全导向
  - 5) I型人：研究型——真理与任务导向
  - 6) E型人：企业型——领导与影响力导向

### 二、职业能力

#### 1. 能力修炼两大误区

- 1) 改善劣势
- 2) 能力不需要强化

#### 2. 能力三核介绍

- 1) 知识：在哪些领域做？
- 2) 技能：做什么内容？
- 3) 才干：以什么方式、风格做？

**视频：**穿普拉达的女王

#### 3. 成长策略

- 1) 可迁移性：工作不会白干，能力都能带走
- 2) 竞争性：如何稳定踏实工作
- 3) 结构性：如何开始从基础做起

#### 4. 能力提升

**练习：**能力提升三步曲

- 1) 第一步：填写当前岗位所需要的能力
- 2) 第二步：对照自己目前的情况，标记出自己需要提升和学习的部分
- 3) 第三步：罗列提升计划

### 三、职业价值观

1. 什么是职业价值观
2. 职业价值观类型

**互动游戏：**价值观拍卖会

## 第三讲：职业素养——职业礼仪

### 一、仪容仪表仪态

1. 男职员仪容仪表仪态
2. 女职员仪容仪表仪态

### 二、名片礼仪

1. 名片的使用
2. 名片的递交
3. 名片的接受

### 三、介绍礼仪

1. 自我介绍
2. 介绍他人
3. 介绍集体
4. 握手的礼仪

#### 四、座次礼仪

1. 行进中的位次排列
2. 上下楼梯的次序
3. 共乘电梯的礼仪
4. 乘车礼仪

### 第四讲：职业素养——职场人际敏感度提升

#### 一、人际敏感度的三个层次

1. 识别：观察不同人的反应
2. 运用：知道他想要什么
3. 管理：知道他需要什么

#### 二、DISC识人术——提升人际敏感度

1. D特质的显著特征和代表人物

视频赏析：家有喜事

小组讨论：D特质相处原则

2. I特质的显著特征和代表人物

视频赏析：游龙戏凤

小组讨论：I特质相处原则

3. S特质的显著特征和代表人物

视频赏析：命中注定我爱你

小组讨论：S特质相处原则

4. C特质的显著特征和代表人物

视频赏析：女人不坏

小组讨论：C特质相处原则