

认识自我、完善自我

需求背景：

人的一生中，最难的事情就是了解自己。心理学认为一个人的为人处事的风格由人格决定的。如果我们能了解自己的人格特征，我们就能客观的认识自己，并有针对性的加以完善，从而将自己的潜力发挥到最好；如果能了解他人的人格特征，可以让我们更宽容，更客观地与他人交往，帮助我们成为一个受欢迎的人。

培训收益：

通过本课程的学习，我们将了解人格形成与成长环境间的关系，从而可以客观的看待自己与周围人个性中存在的问题，可以通过他人的行为了解他人的想法，同时也会更宽容的看待他人。

目标学员：新员工入职培训

标准课时：3小时/0.5天

课程大纲：

一、认识自我——我为何是我

- 1、人的心理是有结构的
- 2、人的心理结构影响人格的形成

思考：你的心理结构存在问题吗？它影响到你看人的角度了吗？

- 3、人格的形成跟早期的生活环境有关
- 4、人格决定人生，自我意识划定了人生成功的力界

讨论：我为什么是现在的样子？

二、完善自我——用心理学的知识调整自己

- 1、选择、变化与社会适应
- 2、如何进行自我定位
- 3、如何应对入职之初遇到的问题
- 4、如何构建与企业相适应的价值观
- 5、如何让自己获得动力

--建立个人愿景

--克服内心的障碍