



## 凝聚团队、感恩、责任 ——心智模式训练营

### 【课程特色】

关于**体验式学习课程**包括三天两夜的课程：导师授课、体验式活动和学员分享，它是在体验式学习的基础上进行。

体验式学习并不是革命性的理论，而是一种自然学习的方法。就如你学会如何走路、说话、使用筷子、学会游泳、骑自行车的方法。在你生命的前五至十年正是透过此种学习方式学到了各类知识和技能——专家认为这种方式的学习占了一生所学的 90%。体验式学习是人类学习最有效的方法之一。没有体验的学习就如同无水源之池塘。

体验式学习是一个探索的过程，是一个透过肢体、情感和理智层次参与而在直接感知中学习的过程。是个体与环境之间不断的交互作用的过程。在探索的过程中并没有人人适用的答案，而学习者会在体验中提升自我觉察与认知能力。它是以人为主的学习而不是把焦点放在人之外的事物上。

在体验式学习中，我们会发现所有探究的终点都会通向我们最初的起点……

培训技术：体验式训练、教练技术、小组讨论、学员分享、教练引导等形式

### 【课程价值】

课程通过体验活动训练，教练引导，塑造受训学员心智模式的改变以及对企业的忠诚度、热情度，对同事的支持与理解，使参训人员体验到欣赏、信任、激情、付出、负责任、承诺、共赢、感召、可能性等九大心态和信念在企业团队中是如何发挥巨大力量的，从而令到参训员工从被动变主动，从封闭到开放，有效的发挥员工的主观能动性从而为企业创造最大的效益，课程通过各种体验活动，从而到达学员自发提升动力，强调自我认识、自我醒觉、自我定位，认识到我就是一切的根源，调动学员的自我生发激情。具体将从以下方面得到收获：

团队意识十大要素进行强化训练：

- ☆ 心智模式 ☆ 共同的价值观 ☆ 责任感 ☆ 激情 ☆ 感恩
- ☆ 潜能开发 ☆ 信任 ☆ 沟通 ☆ 执行力 ☆ 领导力
- ◆ 卸下心理背负的所有包袱，轻装上阵，重新出发；
- ◆ 突破个人思维局限，发现盲点、认清自我，潜能得以开发；
- ◆ 完善心智模式，建立积极的思维方式与行为习惯；
- ◆ 改变对周围人和事物的看法，抱着欣赏、感恩、包容和理解的态度；
- ◆ 自我情绪管理能力提升，使自己时常保持快乐的心情；

- ◆ 极大地提高个人责任感，勇于负责、追求自我成长；
- ◆ 自我价值提升，使自己更积极主动、更自发自觉、保持最佳状态；
- ◆ 走出婚姻和家庭关系的困扰，减少争论和摩擦，促进亲密关系；
- ◆ 创造能力迸发，解决问题能力提升；
- ◆ 降低员工流动率，改善整体表现，团队凝聚力提高，企业绩效得以提升；
- ◆ 个人领导力、感召力、影响力得到突破性提升；
- ◆ 沟通能力提高，人际关系得到质的改善，工作、生活更快乐；
- ◆ 调整心态，认清目标，以最佳状态创造成果；

#### 【课程长度】

- ◆ 三天两晚

#### 【课程大纲】

**第一天 上午 09 : 00-12 : 00**

#### **第一模块 我是一切的根源 (心智模式)**

- ◆ 体验式培训和传统式培训的区别
- ◆ DISC 性格分析
- ◆ 人为什么不敢突破
- ◆ 如何打破自己的舒适范围
- ◆ 生路=死路

#### **体验训练：五秒人生**

#### **第二模块 认识自我 融入团队**

- ◆ 团队和团队精神
- ◆ 团队角色
- ◆ 个人与团队

#### **体验活动 (破冰 分组 团建 结死党)**

时 间：30 分钟

音 乐：《飞得更高》、《真心英雄》

场 地：标准

道 具：A1 大白纸、彩色笔、即时贴

灯 光：全明

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

【宣誓起航】：参加团队训练，须先过此第一关。宣誓、承诺立志通过各项考验！

【破冰训练—建立家庭】选族长、绘蓝图、唱欢歌、朗家训。

项目目的：

- 1、着重帮助参训学员培养自信心、突破心理障碍和极限、充分挖掘潜能、对自己重新进行全面认识，同时培养个人勇于面对挑战和开拓进取的精神；
- 2、建立团队，共绘蓝图，并表达团队愿景。
- 3、浓缩众人智慧，展示团队风采。提高参训学员的参与热情，形成良好的团队气氛。

#### **体验训练：团队建塔**

项目介绍：用报纸、胶带建一座又高又漂亮又稳定的塔。

项目目的：团队协作、集思广益，团队创新。

**第一天 下午 14 : 00-17 : 00**

#### **第三模块 信任--一切价值的基础**

### 核心理念：

从“我”开始，建立信任。他们对人的信任起点是 100%，放弃控制，完全信任。

### 本节内容：

1. 信任是什么？
2. 为什么说信任是关于自己的？
3. 为什么人们习惯于将信任的决定权交给别人？
4. 为什么人们总是把受骗的原因推到被信任者的身上？

### 体验训练：《信任行》《心有灵犀》

时 间：30+30 分钟

音 乐：《奉献》、《神秘花园 2》、《信任》等

场 地：标准

道 具：眼罩

灯 光：微暗

温 度：室温微冷

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队合作/双人配合

任务：团队成员两两一组，先握手一次后，戴上眼罩，在规定时间内进行三轮握手，找到和你第一次握手的伙伴。

项目规则：

- 1、整个过程中，所有队员不允许讲话、不允许摘下眼罩；
- 2、除了握手意外队员之间不允许有其他的身体接触。

项目目的：

- 1、增强队员间的相互信任和理解，这是构建团队的基础
- 2、克服心理障碍，增强自信心、战胜恐惧
- 3、学习换位思考
- 4、通过身体接触打破大家之间的隔膜，在组织中建立平等的人际关系
- 5、增强团队的凝聚力

### 第四模块 活力四射、激情绽放（激情）

**核心理念：**我们天生就相信自己的价值和重要性，只是后来要顾及别人的看法，要顾及面子，没有勇气拒绝别人的意志的灌输，不断地被世俗影响。我们经常在无意识中被别人的意志左右而没有觉察，也更不愿意承认被他人左右。

### 本节内容：

1. 激情是怎么样来的？人怎样才可能有激情？
2. 激情的“因”“道”“术”是什么？
3. 三大时空分析，如何活在当下？
4. 激情能提高工作效率，引发内在动力
5. 激情可以打造狭路相逢勇者胜、逢敌必亮剑的团队精神

### 体验活动：走秀（由 A 到 B）

时 间：30 分钟

音 乐：《hi 曲》、《的士高》

场 地：标准

道 具：椅子

灯 光：全明

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

活动内容：从 A 点到 B 点，只用走这一种方式，体验激情

项目目的：

- 1、提升参训学员的参与热情，形成良好的团队气氛。
- 2、体会激情带来的无限潜力，发掘更多的可能性。

### 第五模块 突破限制（没有不可能）

潜能激发七步法

- 1、痴心妄想 敢于设想；
- 2、画饼充饥 远大目标；
- 3、活在当下 步步为营；
- 4、打破束缚 学会放下；
- 5、自我暗示 不断加持；
- 6、积极心态 不断转换；
- 7、自主加压 动力转化。

体验训练：《突破》

项目目的：

1. 如果遇到困难或出现了问题，很多人马上会找到别人的不足，却很少发现自己的问题。
2. 如何找出正确办法来处理中出现的的问题？
3. 把你认为不可能的变成可能。

第一天 晚上 19：00-22：00

### 第六模块 吞火与走火（极限挑战）

极限突破：体验吞火



终极挑战：神秘走火（室外）或自我催眠突破（室内）



“走火大会”是一种潜能培训的代名词。具体是指：光着脚，从摄氏 600 度高温的木炭火路上走过去，不仅不会伤害双脚，而且能彻底激发人类的潜能，克服恐惧心理，向人生的“不可能”挑战。“走火大会”是汲取当今世界行为心理学、自助管理学、神经语言学、潜意识理论等众多学科的成果而创立的一种潜能培训课程。课程的核心在于让学员亲身参与到活动中，让他们亲自看到、听到、感触到自己是怎么突破自己的。



走火大会最主要的个人收益：

- 1、目标设定以及达成让你心想事成
- 2、走火大会让你开发不可思议的潜能,拥有令人无法阻挡的自信;
- 3、走火大会让你改善人际关系;
- 4、走火大会让你改变人生命运;
- 5、走火大会让你拥有一颗充满爱和感恩的心;
- 6、走火大会让你找到成功的充分理由;
- 7、走火大会是最直接\最有效培养团队精神\增强凝聚力的方法;
- 8、走火大会可以培养你积极\乐观的成功心态;
- 9、走火大会让你开发不可思议的潜能;
- 10、走火大会的上课方式与众不同,让你过去所有的困难迎刃而解;
- 11、走火大会告诉你如何自我激励,败中求胜;
- 12、走火大会让你找到真正的心灵扳机,帮助你调整心智模式和情智模式;
- 13、走火大会让你全成剖析自己\认识自己\了解人性,让你走出心灵创伤,扩大视野,认识整个世界,学会顶级生存技能;
- 14、走火大会颠覆所有失败的理由,给你输入强劲的成功资讯;
- 15、走火大会是最好的学习方式持续爆发的因素彻底的从潜意识中消除;
- 16、走火大会探索大脑的组成,挖掘潜意识形成和个性产生有原因,找出造成失败的成败点,将不好的潜意识及影响能量找回你人生旅途中已经遗失或忘记的东西;
- 17、走火大会让你和你一起来的团队伙伴一同成长并达成共识及强而有力的向心力;
- 18、走火大会让你知道如何创造环境,利用环境,真正实、通过走火课程克服心理障碍,增强自信心,增强行动力;
- 19、通过走火课程,让您生活在感恩的世界里;
- 20、通过走火课程,改变您永久不良的习惯和错误价值观,让您找到正确的人生使命和价值观,拥有全方位平衡式成功的人生!

**第二天 上午 09 : 00-12 : 00**

### **第七模块 使命与责任 (领袖的风采)**

**核心理念：**

责任就是对自己使命的忠诚和信守,责任就是对自己工作的出色完成,责任就是忘我的坚守,来自于对集体的珍惜和热爱,来自于对集体每个成员的负责,来自于对自我的一种认定,来自于生命对自身不断超越的渴求——责任是人性的升华

- 1.责任胜于能力,责任造就魅力
- 2.有魅力才有吸引力,有吸引力才能有成就!

**本节内容：**

1. 责任者与受害者？
2. 为什么说负责任是一种心态？它的内涵是什么？
3. 推卸责任等于将自己定位为外力决定下的牺牲者。
4. 负责人与负责任的区别是什么？
5. 不能拿别人的错误来惩罚自己的人生

### 体验训练：领袖的风采

- 1、活动导引 简单事情重复做
- 2、团队建设 分为男女相当的、人数相等的两队
- 3、竞选领袖
- 4、领袖誓诺
- 5、报数比赛
- 6、接受惩罚领袖公众承诺在团队面临挫折、困难、甚至失败负 100%责任
- 7、领袖分享

### 第八模块 心智模式—竞合关系

#### 核心理念：

共赢是一种心态，共赢是一种取向，有一方先主动伸出共赢的橄榄枝，大家才有可能走向执手合作。所以说，心中有气度的领导者，才会有共赢的心态；以尊重为出发点的领导者，才可能实现共赢；对外在环境和他人的体谅，则是共赢的表现方式。

#### 本节内容：

1. 共赢是什么？
2. 企业内外环境的转变要求领导者必须心态共赢、策略共赢。
3. 共赢是将各种力量结合起来，将阻力也融合为合力，大家从中受益。
4. 共赢的心态必然有体谅的表现，共赢的心态是为了“做大蛋糕”的共同追求。

### 体验活动：《红黑大战》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：椅子

灯 光：全明

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

#### 课程目标：

- 1、学习老板的思维、观念与意识；
- 2、培养主动沟通的意识，体验有效的沟通渠道和沟通方法；
- 3、强调共赢心态转换，理解助人者自乐，接受价值交换心理；
- 4、合理处理竞争关系，实现良性循环；
- 5、培养市场开拓意识。

### 下午 14：00-17：00

#### 第九模块 城市生存（生命就是一场感召的游戏）

城市生存训练——一个人的综合能力突破提升训练项目，学员通过亲身体会，感知社会冷暖，人情淡漠。突破自我设限，在规定时间内完成不可能完成的任务，达到增强工作责任感，培养应对困难、解决问题的能力，提升学员团队责任感。

项目内容：以团队为单位，向陌生人募集钱款，最多的组为胜利！任务募集钱款不得少于 100 元/组（或按照项目要求找到对应的物品，最先完成的为胜利）。

项目要求：

- 1、活动过程中，不得携带钱包、手机、身份证明（由助教老师提供支持）；
- 2、活动过程中，不可以向熟人（家人或朋友寻求就帮助）；
- 3、活动过程中，任何时候不得舞弊；
- 4、单（人）次，募捐金额不得多于10元；
- 5、活动过程中，遵守诚信准则，不得虚假妄言；
- 6、募集款项不得私自处置，将交由助教老师现场捐助给相关公益组织。

主要分享：潜能开发、突破，责任、自觉意识，目标、时间管理等

**第一天 晚上 19 : 00-22 : 00**

### **第十模块 死亡体验**

“死亡体验”是一个通过模拟生命中的最后几小时，以及模拟死亡来临和葬礼的过程，通过一系列的心理体验，帮助来体验的，对自我有一个更全面的认识，对生活有一个更深刻的理解，调整自己的状态来更好的面对当下的生活。在宇宙中，我们不知道的东西要远远多于我们知道的东西，我们不存在的时间要远远多于我们存在的时间，人类只是茫茫时空中的匆匆过客，但是，千百年来，我们总是在追问存在的“意义”，或者说总是在寻求自身的价值。在看似无意义的宇宙中却存在着追寻意义的生命，这不能不说也是一种奇迹。

除了生存的本能，事业、财富、成就、名誉、地位、爱情、家庭、精神，在现实中每个人有着不同的追求，无关世俗对错，因为这些能满足我们内心深层次的需求：证明我是谁，我存在着。但是正因为这些需求，或者说欲望，艰难、疲惫、恐惧、哀伤、痛苦又弥漫在生命中，有时远远覆盖了生命中体验到的快乐。生命的本身是绚烂的，但是对于人类来说，不管是生命的诞生，还是生命的过程，还是生命的最终消亡，“苦”似乎贯穿了人类生命的整个过程。

那么，该如何去度过有限的人生？该如何去探寻自我？该如何更深刻地去理解生命？该如何去完成灵性的成长？该如何在生命终结时坦然逝去？该如何去完成生命的华美转身？

死亡是生命的另一面，生命活着，死亡也如影子一般，如影随形的伴随在我们生活中的每一刻，每一次挫折，每一次自责，每一份病痛与不幸，每一份恐惧、仇恨、不满、匮乏，甚至是非常普通的无聊、浪费、迷茫，都能从中看到死亡透出的笑脸，充斥在我们的生活、工作、感情、心灵中。而我们活着，意义在何方？目的在何方？我们所要寻找的答案在何方？

生与死真的是互相对抗，而不能成为互相支持的力量吗？在这种对抗中，我们真的能找到生命的意义和真谛吗？人对生活与生命的探索，有被动等待、思考、体验等几种途径。在生活中，有的人依赖被动等待的方式，有的人过于依赖思考，依赖人类文化所建构的知识、观念、心灵意识，这些内容总是会障碍我们的眼睛，关于什么是死亡这个问题，我们完全可以通过模拟体验来亲自回答，而结果也往往是出乎意料的。

“死亡体验”为您提供由您自己亲自来探索这些问题的途径，来发现问题的答案，发现出乎预料的真相，获得更全面的生命体验。

生命是神奇的，我们活着，对生命往往是用而不知，因此我们的生活常被许多并不重要的事情占据，体验死亡，并不是为了向死亡妥协，而是为了更全面的认识生命。

#### **体验活动：死亡体验（生命历程）**

(1) 了解体验活动 快乐享受生活

通过情景体验（Life Game），模拟体验人生的酸甜苦辣。

(2) 生命倒计时部分。

体验沉船游戏，当生命进入了倒计时，死亡很快就会到来了，而我们还有生活、交往的任

务需要完成，在这种情况下，你是否好奇你将会如何面对呢？如何感受、行动、体验呢？你是否好奇过，灾难正在发生，船撞上了浮冰，确定无法逃生，几个小时后就将沉没，救援队来了之后也只能带走尸体和遗书，这确定是一条不归路，葬礼正在等着我们，此种情况下，你将会如何面对呢？是镇定的若无其事，还是逃避、否认，还是沉浸在悔恨、回忆之中？如果你是一个英勇的革命者，决定几个小时之后英勇献身，当你下了这个决心，你是否好奇你此时会是什么样的心情？

#### (3) 死亡降临部分。

接下来就进入了模拟葬礼的部分。当离死亡的时间越来越近，离与这个世界分离只剩下很少的时间，这么珍贵的时间，也许你也不会再有心思去做什么事情了，体验者将用这最后的宝贵时间进行冥想，感悟生命，并在心中默默的向世界倾诉和道别。

通过一些环节，使您体验到从未经历过的彻底的与世界的分离，体验者将会在这个过程中体验和反观生死的意义，触摸超越生死的奥义。整个过程中，你会怎么回想和总结你的人生？想了解这个时候的自己吗？想了解更真实的自己吗？也许你在心里也做过许多假设，假设死亡来临时自己可能会如何面对，但事实常常是会出乎人的预料的。

#### (4) 个人分享环节。

模拟葬礼结束后，参与者重新回到现实中，然后会进入与大家深入沟通、探讨与分享的阶段。

在“死亡体验”的过程中，参与者可能会对生活与生命形成新的领悟，对自己的未来产生新的畅想。

### 第三天 上午 09 : 00-12 : 00

#### 第十一模块 欣赏的力量

欣赏别人 成就自己（学会赞美与欣赏）

核心理念：欣赏可以激发他人的激情，能够引发积极的团队氛围，可以形成企业的向心力。不可忽视的是欣赏的传递速度，当领导者经常用欣赏的眼光来对待下属，经常用欣赏的方式来领导企业，那么，被欣赏的人就会焕发出自信，会心甘情愿地将欣赏的眼光播种到他人的身上，欣赏于是在人际链条上快速传播，团队的氛围因此而积极、融洽，企业的士气必定高涨。

本节内容：

- 珍惜别人是欣赏别人的开始
- 欣赏之爱是广博的，不分彼此，不论丑恶习
- 用感恩的视角调整对企业、领导的看法，感恩使人“增值”，抱怨使人“贬值”
- 欣赏可以让人人成为资源，求同存异，协同发展
- 欣赏可以激发出他人内在的力量，收获别人的激情和投入
- 欣赏就像一个磁场，人只要走到磁场中，会因为“特点”而接纳对方，哪怕是很挑剔的人，也会对对方的不足视而不见。

#### 体验活动：A、B 二人对话（互相赞美）

时 间：30 分钟

音 乐：无

场 地：标准

道 具：白板 白板笔

灯 光：全明

温 度：室温

活动形式：A、B 二人对话

项目目的：让学员感受欣赏的重要性，学会欣赏别人。

### 第十一模块 承诺---言必行 行必果 (积极心态)

#### 核心理念：

言必行，行必果，真正的承诺是行而有果，言为果之始，果为言之归，逃避承诺只能说明对自己没有信心，看轻自己的能量；破坏承诺则是破坏自己做人的诚信，两者皆不可取。所以，承诺是一种自律，别人相信你的承诺是基于你诚信，实现承诺的方法是聚焦。

#### 本节内容：

1. 为什么说承诺是一种心态？
2. 因为不兑现承诺，我们付出了一个什么样的代价？
3. 不把理由干掉，理由就会干掉结果
4. 如何理解“用承诺指导一切，非由判断和情绪所为”？

#### 体验活动：抓迟到 (或抓没有完成作业) 讲承诺

时 间：45 分钟

音 乐：无

场 地：标准

道 具：白板 白板笔

灯 光：全明

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

#### 项目目的：让学员明白承诺的重要

△问你为什么迟到？为什么？为什么？

(学员肯定在寻找理由、借口、客观事实……帮他们写下来)

△你错在哪里？(让学员自己答出“违反承诺”)

△你已经承诺了为什么做不到？

△你最爱的人是谁？假如你违反承诺要枪毙他们怎么办？你还会迟到吗？

△难道承诺还需要条件吗？

**成果= (没有成果) (美丽的借口+合情合理的理由+客观事实+……)**

△违反了承诺，寻找借口、理由、事实，跟你讲出来的这些有没有关系？

☆你说借口、理由、事实都不过是为了自己的面子，讲给别人听听而已，是为了自己的情绪而已！

☆违反承诺发出的信息是：**你们不重要的！我也不重要的！**

△知识是在大脑里，素质是在内心里，承诺就是一种素质！

**成为----行动-----拥有 拥有----行动-----成为**

1. 生活中就是这样有些人在这样的怪圈里转啊转！甚至让你的孩子、身边的人都受你影响。看看你过往的人生，就是这样吗？
2. 你说自己为什么就不能成功？你这样做正是付出了最大的代价，失去了与你生命一样重要的东西，就是“承诺”！“诚信”
3. 你还要去怪谁？我不知道！
4. 关于“承诺”的分享

### 第十二模块 赢在执行——打造团队执行力

#### 核心理念：

◆再好的策略计划，没有执行，一切等于零！

◆执行的第一要素 (服从!绝对的服从!没有服从就没有执行)

◆执行的四要素 (绝对服从 不找借口 主动迅速 拿到成果)

- ◆不懂得服从的员工是没有前途的员工！
- ◆借口是成功的天敌！（找借口实际上就是推脱责任的表现）
- ◆拒绝借口是迈向成功的开始！
- ◆没有成果的执行没有意义（拿到成果，对结果负责）

### 体验训练：《数字传递》

时 间：90 分钟

场 地：户外

项目介绍：全体队员从头到位依次传递培训师给的一组数字，共进行六轮的传递，传递的过程中，不允许说话。

项目目标：

- ✓ 特殊条件下的沟通
- ✓ 协作能力
- ✓ 思路创新，复杂的事情简单化
- ✓ 提升参训人员的执行能力

## 第三天 下午 14：00-17：00

### 第十三模块 同创伟业 共绘蓝图（团队凝聚力）

核心理念：貌似不可能完成任务的前提，大家同心协力，同进同退，按照一个目标努力一定可以实现。激起团队热情，感受团队力量。

#### 体验训练：浣熊圈

时 间：90 分钟

音 乐：《感恩的心》、《众人划桨开大船》、《飞得更高》等

场 地：标准

道 具：绳子

灯 光：全明

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

请所有的组员双脚站立，双手握着浣熊圈，两只脚的距离需与肩同宽。接着，全体人员拉紧浣熊圈呈现最大化的圆圈，坐在地面上，在双手握着浣熊圈的情形下，按照顺时针方向，像划船一样摇动起来，在貌似不可能完成任务的前提下，只要大家同心协力，同进同退，按照一个目标努力一定可以实现，激起团队热情，感受团队力量。

感恩可以激发他人的激情，能够引发积极的团队氛围，可以形成企业的向心力。感恩可以使人焕发出自信，会心甘情愿地将爱的种子播种到他人的身上，感恩于是在人际链条上快速传播，团队的氛围因此而积极、融洽，士气必定高涨。

### 第十四模块 感恩团队、感恩企业、感恩有你（学会感恩）

核心理念：

学会感恩，先学知恩，知父母养育恩，知企业爱抚恩，知师长教诲恩，知同事帮助恩。

“感恩”是一个优秀的品质。在中国的传统教育中，非常重视“恩”——“滴水之恩，当涌泉相报”。遗憾的是，这些年来我们对于感恩的教育开始变得薄弱，许多人已经被太多的所谓“现代”的理念所侵蚀。在行事和与人相处等问题上显得“突兀”和“以自我为中心”。感恩教育以体验式活动为载体，让学员从活动中体验感恩，并回归现实生活，从点滴做起，在生活中实践感恩。在培训过程中，我们做到“以理服人，以情感人，情理交融，感人心灵”，让学员在不知不觉中受到教育，使其知、情、意、行在情理交融中实现自我完善，最终回报

父母、回报社会、回报企业，树立自身敢于承担的责任感。

**体验训练：选择**

时 间：120 分钟

音 乐：《感恩的心》、《神秘花园》、《珠光里妈妈》、《父亲》等

场 地：标准

道 具：无

灯 光：微暗-全暗

温 度：室温微冷

活动形式：催眠引导

**主题名称：蓝丝带**

目 的：祝福、鼓励、信心

适合对象：全员

时 间：20 分钟

音 乐：《祈祷》、《祝福》、《我的未来不是梦》《真心英雄》

场 地：标准

道 具：蓝丝带

助 教：

- 1、均匀站在学员面前；
- 2、单腿跪下给学员系蓝丝带
- 3、系完后给学员一个拥抱
- 4、全部系完后站成一个小圆圈，面向内圈

灯 光：微暗

温 度：室温

蓝丝带代表信任、支持、爱与感恩。感恩，互相感谢、互相鼓励、互相关怀、共创美好明天！

备注：

根据课程时长安排，参训企业培训需求、团队特点等大纲及培训项目会有所调整（调整临时增加或减少项目或项目时间），强调实用、落地，解决人的问题。