

# 《职场思维与职业化心态塑造》

讲师：张媛

## 课程纲要

**【课程名称】** 《职场思维与职业化心态塑造》

**【课程背景】**

《美国觉氏企业调查报告》显示：世界 500 强 94% 的 CEO，把培养人才成功以及企业管理成功，都归因于“心态的改变”，而非其他。一个企业完全可以通过改变员工心态和思维，提高员工的行动力，进而提升企业的生产竞争力！

成长和改变的核心，在于思维模式的升级，学习的本质升级上是心智模式的改变。

升级最高版本的自己职业化系列课程之《职场思维和职业化心态塑造》的训练课程，通过系统、科学、高效的身心体验方式，让员工在体验中发生心态和思维层面的改变，从思维，到行为，到结果，由内而外，通过职场行为闭环，思维闭环和能力闭环的互动联系入手，培养积极主动、诚信负责、创新敬业、感恩思维，并帮助学员认识和疏导情绪，提升情绪控制力，从而激活企业的人力资本，让员工的行动力提升，使企业生产竞争能力，成倍地提升。并帮助学员迎来积极，主动，负责，高效的人生。本次课程理念体系和大量案例，全部来自老师本人和大量企业员工培养和成长实践，真实，有力，大道至简，激励人心。课程融合心理学，古典哲学，身心灵等领域的智慧精华，辅以大量人才培养和发展过程中的真实案例，帮助学员在意识思维层面的底层逻辑理顺和提升。

### 【课程收益】

1. 了解职场发展的五角星模型，评估职业发展状况。
2. 洞悉心智模式，思维定势在职业发展中的作用。
3. 掌握职场行为闭环，思维闭环和能力闭环的关系。
4. 转变思维方式，培训主动积极，双赢思维，敬业负责和结果思维和感恩心态。

### 【课程特色】

1. 逻辑性强——课程通过职业发展五维模型，职场思维闭环等帮助学员构建职业发展逻辑。
2. 注重体验——通过情境体验，互动环节，让学员在体验中自己感悟，真正转变知识的额“所有权”
3. 注重实效——选取案例来自于实际工作和管理一线，立竿见影。

【培训对象】 全体员工

### 【课程特点】

课程讲授，视频学习 互动训练 情景模拟 员工分享

【课程时长】 6 课时/1 天

### 【课程要求】

分组，按 6-12 人一组，现场学员呈岛状安排座位。

### 【课程大纲】

#### 第一单元：心智模式与职场发展

- 职业发展的五维模型

- 人生四段位：生存，生活，生命，超我。
- 成长的核心——心智模式升级
  - ✓ 何为心智模式
  - ✓ 心智模式起效的原因：归罪于外，反射式回应
  - ✓ 从单环学习到双环学习
- 内职业生涯与外职业生涯——打开由内而外的成长之门

## 第二单元：职场三大闭环

- 职业发展阶梯——从不平衡到平衡
- 职场行为闭环
- 职场思维闭环——PDCA 思维环
- 职场能力闭环——PDCA 能力环

## 第三单元：职场思维模型

- 追求结果
  - ✓ 情境模拟：结果&任务
  - ✓ 案例分享：做秘书也要做成九段秘书
  - ✓ 案例分享：雷曼兄弟公司案例
  - ✓ 案例分享：万科集团的结果文化
  - ✓ 追求结果与绩效文化
  - ✓ 结果就是人生
  - ✓ 结果的前提-高效执行
    - 作业：电影《遗愿清单》
    - 未尽事宜清单清理
  - ✓ 结果的背后-承担责任
    - 结果-责任-角色-关系-承诺
    - 作业：为你的工作定义结果
    - 结果工作法
- 主动积极
  - ✓ 视频讨论：许三多与成才
  - ✓ 七项习惯与人类的终极自由
  - ✓ 影响圈与关注圈

- ✓ 从量子物理解读主动积极
- ✓ 从潜意识解读主动积极
- ✓ 从投诉解读主动积极
- ✓ 主动积极在神州优车的应用实践分享
- ✓ 职场四大杀手：归罪于外，墨守成规，局限思考，以偏概全。  
作业：跳出思维定式与职场死循环

➤ 敬业极致

- ✓ 视频：通过“演员的诞生”解读职业化
- ✓ 案例：为什么要敬业
- ✓ 敬业与职业化：敬业加专业等于职业化
- ✓ 敬业的两个维度：工匠精神与诚信负责
- ✓ 视频：致匠心
- ✓ 工匠精神的起源
- ✓ 工匠精神的发展
- ✓ 互联网发展现状与工匠精神  
作业：我们如何做到“当下极致”

➤ 双赢思维

- ✓ 关系持续的基础——双赢
- ✓ 赢输模式与输赢模式
- ✓ 案例分享：沃尔玛的利润分享计划
- ✓ 如何实现双赢：双赢品德，双赢心态，双赢协议，双赢过程，双赢结果
- ✓ 双赢思维在神州优车的应用实践

➤ 永续改进

- ✓ 身体、精神、智力、情感四层面更新
- ✓ 案例分享：日事日毕，日清日高
- ✓ 绩效的核心在于改进
- ✓ 成长的核心：自我进化  
作业：复盘与总结工具

➤ 感恩心态

- ✓ 活着，就要感谢

- ✓ 感恩与正能量
- ✓ 感恩是幸福能力
- ✓ 感恩应用实践：行动积分激励模式推进内部协同
- ✓ 感恩冥想练习

#### 第四单元 情绪与压力管理

- 直面压力与情绪
  - ✓ 压力症状显示：健康三级预防模式
  - ✓ 压力管理意识植入：发现我的压力源
- 跳出压力与情绪闭环
  - ✓ 生理弹性
  - ✓ 心理弹性
  - ✓ 社会弹性
  - ✓ 压力能力：让时间去对付压力的计划管理（降低压力）
- 直面情绪
- 情绪管理原则

🌈 可根据客户需求量身定制课程内容