

《青年员工职业素养、职业生涯提升与高效时间管理》

【课程特色】

讲授、游戏、研讨、案例分析等互动方式，课程引入了最新的教练技术、建构主义、引导技术、行动学习等新式教学方法！

【课程时长】2天（6小时/天）

【课程大纲】

一、破冰与定向引导

1、破冰

2、定向引导

引发学员对未来的思考

引发学员对现实的不满

引入教练技术的工具，认识到从心开始。

3、做优秀电网人，精神宣誓活动。

4、职业化讲解

a.何为职业化？

b.职业化就是符合企业用人标准

c.要让自己去适应公司而不是让公司来适应你

二、从校园人到作为职业人的角色切换。

1、从校园到职业人到底需要的是什么样的转变？

2、什么是社会人？什么是职业人？企业与员工之间的商业交换关系。

3、从“变化”的角度引导职业人认知社会择业、就业的现状，支持其正向 面对社会就业形势的现状，从而珍惜当下。

4、解析现在社会的大众创业风潮，引导新电力人以理性、中立的视角收起浮躁心态，树立爱岗敬业求实的工作态度。

5、角色转变的障碍

A、角色转变过程中出现的问题。

B、角色转变的准备过程。

C、角色转变的内容。

D、新角色的九大注意事项。

E、新员工的八项修炼。

三、职业心态转换与执行力提升。

1、浮躁、投机取巧的坏处。

2、引导新员工学会理性、正向的对待新工作环境中的关系“逆境”，锻炼自己时刻关注自己想要的方向和结果的能力。

3、作为新员工，具体的工作岗位后要主动放下自己的个性、清高，客观认知、学会有效的人际关系处理心态。

4、受得了委屈、吃得了亏，在工作中出现失误的时候，如何主动有效化解，增强自己职业选择的坚定信心。

5、责任即担当，不断理清新员工走向工作岗位的自我定位意识，发现为自己

增加职业正分的有效通道。

6、高效执行，学会在工作绝对服从，不找借口，用全责思维、责己思维、本分思维、可能性思维来看待事情、解决问题。

四、职场价值最大化、最优化的工具—职业生涯规划。

1、引导大家学习一个重要点：目标（梦想）与当下行为的关系。

2、为什么要制定职业生涯规划？

3、职业生涯是什么？职业生涯规划是什么？以及其重要性（职场案例：三个朋友的故事）。

4、制定职业生涯规划要参照的基本原则及应具备的特性。

五、做好实效职业生涯规划管理，提升职场价值实现效率。

1、学习罗伯特·迪尔茨的 NLP 理解六层次。

A、人生三个问题的解析。

B、上三层决定下三层。定义决定决定。

2、区分规划与规画。

A、对目标没有感觉、没有冲动，目标一定是无效的。

B、基于自我生命的尊重和对企业感恩、敬畏的行动选择才会结成“正果”。

3、个人规划与企业发展的关系。

A、学会用变化的、前瞻性思维的角度来看待企业发展趋势。

B、坚信主流价值观，不做盲目的跟从者。

4、职业生涯规划路线分析

A、职业生涯规划发展的阶段和途径

B、不同阶段的职场危机

C、职业生涯发展通道

D、职业生涯的双阶模式

5、基于六层次框架的在企业发展的实效职业生涯规划。

A、解析企业的核心价值观。

B、五步法制定实效职业生涯规划。

6、职业生涯规划成功的有效途径

A、显性职业素质和隐形职业素质。

B、职业生涯规划成功的五大保障。

七、时间管理的重要性

1、账单人生

2、你的时间值多少钱？

3、是否有时间管理的不良征兆

时间管理能力测试？

八、何为时间管理

1、时间管理的本质

2、时间的特性

九、造成时间浪费的重要因素

1、人为因素，2、管理因素，3、环境因素

十、时间管理的三大途径

1、优先计划管理，2、自我组织管理，3、沟通管理

十一、时间管理的六项基本原则

1、明确目标

- 2、分清工作的轻重缓急
- 3、合理的分配时间
- 4、与别人的时间取得协作
- 5、有计划有组织的进行工作
- 6、制定规则，遵守纪律

十二、项目时间管理的处方

- 1、做好事前控制——5W3H
- 2、做好过程监控
- 3、做好结果反馈

十三、课程结束