

《MBTI 换挡提速——心理类型》

【课程背景】

无数组织在给成员安排了无数次的培训，但是效果总是一时有效，很难坚持下去。那么多优秀的老师，给出了那么多高效的办法，但是员工的实践率却很低。员工很努力的参与做方法的实践中，但是仍旧频频拖延。这倒底是那里出现了问题呢？众所周知，制约组织发展的致命软肋是成员执行力差，而[员工执行力](#)差的一个重要原因是缺乏良好的工作习惯与高效的工作方法。为什么有的人一生功绩无数，有的人却是一事无成？为什么同样的事情不同的人去做，效率却大不相同？可为什么学习了课程之后，只是偶有人能提升自己的效率？本课程将为您带您从新的视角，去看待企业内部员工工作效率的问题，找到一劳永逸的解决办法！

【课程目标】

- 1.调动员工工作的积极性和热情，高度认同企业的文化与价值观。
- 2.通过对职业动机的全面分析，让员工在实际工作中更关注与自身的成长与价值体现。
- 3.学会做职业化的自我解读与评估，全面认知自我，系统评估自己。
- 4.通过 MBTI 的学习，完成员工由外在驱动力到内在驱动力的转变。
- 5.学会发现和解决，员工自己在工作中的问题，从而提高工作效率。

【培训时间】

1-2 天（每天 6h）

【课程对象】

组织中层、基层管理者，部门负责人、脑力工作者、创业者等。

【课程特点】

感性讲授、理性点评、案例分析、应用比对、量表测试、工具应用、视频讲解、现场演练。

【课程大纲】

第一章：关注现状

1.目前的工作状态

- (1) 工作成就
- (2) 最擅长的领域
- (3) 工作中的短板
- (4) 曾经做过的努力和调整

2.自测游戏——自我认知

- (1) 写下 10 个“我是谁”
- (2) 分组讨论和介绍自己
- (3) 采访式提问与回答

3.自我的构成三要素

- (1) 自我生理象：体征、性别、感知觉等
- (2) 自我心理象：能力、兴趣、气质等
- (3) 自我关系象：关系中的定位、与他人的差异、对与他人关系的认识和评价

第二章：MBTI 的升级版——心理类型

1.荣格的心理类型

2.心理能量——内倾与外倾

3.心理功能

- (1) 思考
- (2) 情感
- (3) 感觉
- (4) 直觉

4.通过视频、现场演练寻找和确定自己的功能

5.寻找主导功能

- (1) 看电影
- (2) 根据电影中典型人物的特点，解析人物的心理运作过程中的类型的运用。

第三章：心理类型的中的优势能力

- 1.心理类型&领导力的培养
- 2.心理类型&逻辑思考
- 3.心理类型&好人缘
- 4.心理类型&提升洞察力
- 5.心理类型&良好的规则意识
- 6.心理类型&行动力
- 7.心理类型&高情商的培养

第四章：从心理类型平衡劣势能力

- 1.内向型性格的职场守则
- 2.稳定性低，专注力不够的提升办法

3.胆小敏感星人的生存指南

4.完美主义的自我发展

第五章：用心理类型处理职场冲突

1.与上司的冲突

- (1) 行动派领导 vs 小蜗牛下属
- (2) 规则派领导 vs 爱自由下属
- (3) 无私奉献的领导 vs “我”为中心的下属

2.与自我的冲突

- (1) 寻找清晰的自我定位
- (2) 用适合的方式适应职场需要
- (3) 勇于尝试去发展自我

第六章：增加自我认知的方法

1.冥想放松

2.正念疗法

3.镜子对话