

《高效个人管理——推进自我：磨炼行动能力》

【课程介绍】

《高效个人管理》系列课程针对职场人士开发，结合知识技能讲授、演练与工作坊引导相结合的方式，传递并激发学员进入学习、体会、实践、改变的自我成长循环，提升职场人士自我管理效能，打造优秀职场力。

《推进自我：塑造行动能力》关注职场人士的行动意愿的激发与行动能力的塑造，通过辨析执行力与行动力之间的关系，探讨个人行动意愿的出发点，结合行动能力塑造的关键核心点的讲授与现场引导互动练习，帮助学员澄清个人行动意愿，明晰个人行动对组织的价值，梳理个人行动能力实现计划，帮助员工更好的在价值创造上提高效能。

【课程时长】 1 天

【课程大纲】

1. 导入：认识行动能力
 - 1.1. 个人行动力的含义
 - 1.2. 行动力与执行力的区别与联系
 - 1.3. 意愿与行动
2. 行动意愿：能量重要性

2.1. 积极的自我与消极的自我

2.2. 端正信念：暗示与强化

2.3. 持续得到激励

2.4. 引导互动：自我赋能

3. 行动能力：POA 行动模型

3.1. POA 行动模型的含义

3.2. O（目标）：行动的方向

3.3. P（伙伴）：获取他人的帮助

3.4. A（方法）：做事情的逻辑

3.5. P、O、A 关系解析

3.6. 引导互动：行动力模型应用实践

4. 强化执行：个人行动力对组织的价值

4.1. 个人识别：组织如何看待我

4.2. 能力重合：行动与执行的价值链接

4.3. 引导互动：解读组织价值需求

5. 回顾总结：行动的力量

5.1. 做正确的事与正确的做事

5.2. 行动能量：关注目标的持续努力