

职业生涯规划

课时设计：1 天

课程介绍：

我是谁？我应当是谁？谁是我？是我又该怎样面对我的人生？这是很多职场新人所困惑的问题。而对于企业，最不愿意看到的就是员工与企业的发展处于不同的轨道之上。如何在新人入职后，能过准确认识自我并做好职业生涯规划，如何在特定企业背景下，规划自我并做好自我管理，无论对职业人士个人，还是企业都有着同等重要的意义。那么，企业应该如何去进行员工的职业生涯规划，使企业目标与个人目标渐趋一致，员工自我价值得到实现，企业获得长足的人力资本并实现目标？

课程特点：

通过大量的训练，包括案例分析、现场解答、角色扮演、视频片段、情境模拟、互动游戏等形式，让学员在言传身教与参与互动的过程中，体验做好职业生涯规划对于个人及企业的重要性，在深刻的感悟中，掌握职业生涯开发与管理工作的基本技能，提升受训者的人力资源管理专业素养。讲授的观点简单实用，容易记忆，学员可以系统地学习自我职业生涯管理的理念，规范和方法，可以学完就用，而且用之有效。

解决的主要问题：

为什么同样是很辛苦的工作，有人为事业而开心工作，有人却碌碌无为，平庸一生？

为什么有些人无论在哪里工作，都是自己职业生涯的 CEO，而有些人在哪里都觉得是在给别人打工，能少干就少干？

为什么老板总是不知道员工心里的真实想法，员工与企业合作的机制到底在哪里？

为什么员工刚入职时干劲十足，不久后就开始懈怠消极，究竟用什么样的机制来保障员工的持续热情与激情？

为什么做工作时，员工总是领导推一推，就动一动，不推就不动？

课程主要成果：

1. 帮助企业：
 - 1) 帮助企业更加轻松、有序地管理新员工职场的现在及将来；
 - 2) 帮助企业有针对性地培养人才，实现资源合理配置，帮助人才尽快成长；
 - 3) 帮助企业更好地留住人才。
2. 帮助参与者：
 - 1) 投资自己，进行准确定位，让自己内心安宁，在企业获得绝对成长；
 - 2) 增强自我对职业环境的把握能力，摒弃职务不提升即职业不成功的旧观念，更好地发挥自己的才智。
 - 3) 帮助参与者掌握职业生涯规划的基本技能，找到个人发展与企业发展的最佳结合点。

课程内容：

第一讲 人生发展与职业生涯

1. 为什么要关注职业生涯
2. 梦想与职业生涯的关系
 - 1) 案例：哈佛大学持续 25 年的跟踪调查

- 2) 真人真事：查德威克的失败
- 3) 视频：理想服务员
3. 人生发展与职业生涯的关系
- 1) 音乐冥想：给自己的生命设定一个“生命计划”：愿景、价值、目标、成果。

第二讲 深刻理解职业的内涵

1. 职业分类的形象描述
 2. 职业的新定义
- 互动讨论：对职业角色的有效区分
3. 职业认识的误区

第三讲 充满机遇的职业生涯

1. 旅游与职业生涯
- 1) 抢答：一次成功的旅行你要做哪些规划？
2. 职业生涯的不同时期及其特征
3. 职业生涯不同阶段的心理特征
4. 职业生涯危机及其应对
5. 职业生涯四个阶段
6. 职业生涯成功方向的多样性

第四讲 确定职业生涯之路

1. 市场经济社会与职业生涯
2. 什么叫职业化
3. 职业生涯的发展历程
4. 性格与职业生涯
- 1) 测试与分析：五种不同类型人员所适合的职业：老虎、孔雀、猫头鹰、考虑、变色龙

第五讲 职业生涯成功秘诀

1. 深刻认识职业及职业生涯
2. 外职业生涯的重要性
3. 内职业生涯的关键性
- 1) 活动练习：画出心目中的“职业生涯之树”，并进行总结分享。
4. 二者相互促进关系
- 1) 内外职业生涯关系运用：为自己打工
- 2) 内外职业生涯关系运用：努力与收入的时差
- 3) 内外职业生涯关系运用：什么是最好的工作

第六讲 连续提升职业化水平——做自己人生的编剧、导演和主角

1. 什么是职业化，如何提升职业化素质
2. 提升职业化必须改变
- 1) 分值测试：改变三要素：痛苦、愿景、可控的第一步。
3. 如何汇报、请示、总结、布置、交接、回忆工作。
3. 职业生涯意味着步步为营——结果导向
4. 什么是结果？什么是任务？
5. 结果的层层递进才能成就精彩职场生活。
- 1) 经典案例分享：《九段秘书》
- 2) 互动实践：平衡轮
6. 做任务的两种思维：任务外包法；底线任务法。

7. 做结果的三种方法：重点法、分解法、承诺法。
8. 自我价值的实现，是与团队合作的结果：团队的力量、自身能量与团队能量的结合，高效率达成目标。
9. 契约精神是职业化的高度体现。
 - 1) 工具练习：《个人战略规划》
 - 2) 构筑人生宏伟大厦：制作梦想板