

阳光心态与人生价值观

——职业化与职业责任感

课程背景：

随着新生代员工进入职场，管理者发现以往的激励手段往往效力减弱，新生代员工具有着互联网的人格特质，比如他们好奇、个性、自由、具有创造性，但同时，也有一些新员工有抗压能力差、责任心较差、“任性”等特点，当这些特质需要与强调纪律、规范、权责的组织融合时，往往又会产生不适应状态，新员工往往缺少成熟的应对能力，而是选择“一言不合就离职”等所谓的“个性”方式，从职业生涯角度看，这种方式往往浪费了职场新人大量的时间成本，也难以建立成熟的能力资本。

职业化，指专业知识、专业技能和专业能力等与职业直接相关的基础能力和综合素质。每个劳动者，不管是新生代员工还是 90 后，也无论从事何种职业，都必须具备一定的思想道德素质、科学文化素质、生理素质和心理素质等，才能顺应知识经济时代社会竞争激烈、人际交往频繁、工作压力大等特点的要求。

职业化是一个人的内在修养，它决定了一个人在职场上的人生高度。职业化体现了新生代员工的学习能力、人际交往能力，团队合作能力，专业知识运用能力等。

本课程通过帮助新生代员工，理清职场不适应状态，帮助他们主动接纳和处理自己的信念，以积极的状态投入职场，通过成为一个合格的职业人，减少生涯资源的浪费，帮助企业减少员工流失率，减少人才培养成本。

课程收益：

1. 帮助学员掌握职业化素养训练和提升的基本流程和方式方法；
2. 帮助学员掌握职业生涯规划目标地制订与分解、行动追踪与调整；
3. 帮助学员培养自己坚韧不拔的毅力、不断进取的精神等；
4. 帮助学员提升对职业化能力的认识，帮助学员生活和工作中更加优秀；

课程时间：

标准版：1天，6小时/天；

完整版：2天，6小时/天；

课程对象：企业中层管理者；

课程方式：主持式授课+案例分析法+讲授与角色扮演法+头脑风暴法+游戏法；

课程大纲

第一讲：价值三观成就人生

一、人生观——人生观是生命的敬畏认知

1. 人生观的内涵

案例：出世与入世的中国人；

2. 人生观的外延

3. 人生观的形成

4. 人生观的价值意义

案例：你是什么垃圾？

案例：儒家文化与中国人的人生观；

二、价值观——价值观是善良的自我认知

1. 价值观的内涵
2. 价值观的外延
3. 价值观的组成
4. 价值观对于实践的意义

案例：人性是自私的吗？

三、世界观——世界观是利他的世界认知

1. 世界观的内涵

案例：出世与入世的中国人；

2. 世界观的外延
3. 世界观的形成
4. 世界观的价值意义

案例：敬畏生命与利他的集体主义；

四、人生三观——成就价值的逻辑起点

1. 人生三观的生命意义

案例：生命的抉择——中国共产党的苦难辉煌；

2. 人生三观是生命的内涵逻辑

案例：振聋发聩——人生八问？

第二讲：积极成就自我——阳光心态塑造

一、心阳光——心态是最伟大的力量

1. 积极的人和消极的人
2. 关注圈与影响圈

3. 失去太阳，拥抱星星
4. 想法与结果
5. 过去不等于未来
6. 心想事成与求则得

二、新阶段——塑造职场心态八技巧

1. 翻面技巧
2. 发挥你的成功因子
3. 简化：心会跟爱一起走
4. 隔离：让负面情绪与您无缘
5. 把积极心态给予他人
6. 看好自己
7. 制定合理的锻炼计划
8. 确立明确的工作目标

第三讲：职场启航——职场责任感与职场适应

一、进入职场的适应问题分析：

1. 职场适应问题一：角色不知如何转换；

案例：“好学生未必成为好员工”

2. 职场适应问题二：能力与需求错位；

案例：是“理想”还是“眼高手低”

案例：过早陷入职业倦怠的小白；

3. 职场适应问题三：职场关系错位；

案例：“受不了批评就离职“

4. 职场适应问题四：自我需求不清晰；

案例：“一言不合就离职，反复跳槽“

二、人与职业的五类互动关系

1. 角色转换：工作者与学生的区别

2. 做一个有方向的职业人：正确理解企业要求

3. 区分“不适合“与”不适应“，避开”离职陷阱“

4. 做一个成功的生涯管理者：不同阶段的职业发展策略

三、职场责任感：人职匹配模型

1. 职场的企业与员工；

2. 员工在社会的存在；

3. 职场责任感是员工的基本义务；

4. 责任是人职匹配的责任；

案例：我们在为谁工作

第四讲：高情商沟通——说话就让人舒服

一、认识情商：高情商就是让人愉悦

视频分享：愉悦的语言沟通

1. 情商的本质

2. 情商五维度

3. 情商管理与沟通

案例：女婿和老丈人的对话

4. 高情商就是让人愉悦

二、高情商沟通：直指人心的语言艺术

视频分享：愉悦的语言沟通

1. 话说到您心窝里——不抱怨、不批评

案例：小张打动未婚妻的语言艺术

2. 肯定言辞鼓舞人——热情与真诚并重

案例：沮丧的店员与眉开眼笑鼓励

3. 包容与宽容并行——良言一句三冬暖

案例：丈母娘的担忧与证婚人的致辞

4. 真诚表达多赞美——三人行必有我师

案例：会说话的张总与“屁大点事”；

课程总结：

1. 本课程知识结构的思维导图

2. 本培训的知识点梳理

3. 考核试卷与案例研讨