

《幸福人生系列课堂》

价值雕刻模块：幸福人生之自我管理篇 员工职业素养提升修炼

【课程前言】

职业素养修炼，是每个职场人士的必修课。良好的职业素养，是一个人获得职场辉煌的通行证，也是每个企业对员工的最起码要求。

职业素养的提升修炼应该进入到自我管理的水平，员工只有自觉主动的不断提升自己的职业道德，职业技能，职业礼仪等，才能在成就自我的同时，也成就企业。

本模块《幸福人生系列课堂》主要通过国学，尤其是经典国学读本《弟子规》的解读来为企业员工提供职业素养修炼的文化营养，同时也为职场人士提供圣贤的行为指南。

【课程对象】

企业中基层员工，企业新员工，所有职场人士

【主讲老师】

王泽仁老师（请阅读讲师简介）

【课程收益】

- 1.通过儒家思想的分享，加强员工的自我管理意识
- 2.通过《弟子规》的解读，提升企业员工整体素养
- 3.帮助企业打造卓越的、优秀的、高绩效的团队文化

【课程时间】

1-2天

【课程大纲】

- ◇ 开场语
- 1. 《弟子规》概要
- 2. 人性学说分析
 - 1) 人性善
 - 2) 人性恶
 - 3) 人性有善有恶
 - 4) 人性无善无恶
 - 5) 人性可善可恶
- 3. 儒家的特色
- 4. 儒家教育系统
- 5. “内圣外王”之道
- 6. 三个问题
 - 1) 我们为什么要学习《弟子规》？
 - 2) 学习《弟子规》对我们职业发展的好处？

3) 《弟子规》文化的普及对企业发展的好处？

第一讲 孝顺父母，增强使命

1. 孝乃中华文化之根
2. 孝顺父母的四个阶段
 - 1) 小孝孝身
 - 2) 中孝孝心
 - 3) 大孝孝志
 - 4) 至孝孝慧
3. 孝顺父母的五个层次
 - 1) 庶人之孝：基层员工
 - 2) 士之孝：基层干部
 - 3) 卿大夫之孝：中层干部
 - 4) 诸侯之孝：高层干部
 - 5) 天子之孝：总经理或董事长
4. 孝顺父母必备五件事情
 - 1) 居则致其敬
 - 2) 养则致其乐
 - 3) 病则致其忧
 - 4) 丧则致其哀
 - 5) 祭则致其严
5. 《弟子规》中如何教导我们为人儿女
 - 1) 恭敬的对待父母的耳提面命
 - 2) 细心周到、无微不至的照顾父母
 - 3) 游必有方，坚守正当的事业
 - 4) 勿以恶小而为之
 - 5) 顺其所好，去其所恶
 - 6) 端身正意，光耀门楣
 - 7) 爱憎不存于心，唯有孝不变
 - 8) 开导父母，劝谏父母的艺术
 - 9) 父母唯其疾之忧
 - 10) 丧则致其哀，祭则致其严

第二讲 友爱兄弟，尊敬领导

1. 儒家价值观三个阶段
 - 1) 自我中心阶段：生存、发展
 - 2) 人我互动阶段：礼法、情义
 - 3) 超越自我阶段：无私、至善
2. 儒家构建人的和谐
 - 1) 人与自己
 - 2) 人与他人
 - 3) 人与宇宙
3. 成就仁义三步骤
 - 1) 人之性：真诚向善
 - 2) 人之道：择善固执

- 3) 人之成：止于至善
- 4. 五伦之道
 - 1) 夫妇有别
 - 2) 父子有亲
 - 3) 长幼有序
 - 4) 君臣有义
 - 5) 朋友有信
- 5. 《弟子规》中的礼仪细则
 - 1) 同事如兄弟，和睦同事就是尊敬领导
 - 2) 同事之间不和睦无外乎两件事情：财物，言语
 - 3) 凡事要长者先，幼者后，长幼分明
 - 4) 及时准确的响应领导的工作安排
 - 5) 尊重名分，善于让功，懂得藏拙
 - 6) 一分恭敬，一分忠义
 - 7) 应答得体，声若和弦
 - 8) 领导如父母，同事如兄弟

第三讲 谨慎为人，慎终如始

- 1. 修身
 - 1) 内省
 - ◆ 三省
 - ◆ 三戒
 - ◆ 三畏
 - 2) 慎独
 - ◆ 相在尔室，不愧于屋漏
 - ◆ 诚于中，形于外
 - 3) 谦卑
 - ◆ 卑以自牧
 - ◆ 笃实恭敬
- 2. 《弟子规》关于生活和工作中谨慎为人的注意事项
 - 1) 小心驶得万年船，战战兢兢，如履薄冰
 - 2) 时间管理：一寸光阴一寸金
 - 3) 学会自理，养成好习惯，日常生活井井有条
 - 4) 支出符合身份，不盲目攀比，人败败在一个奢字
 - 5) 醉酒乱性，大丈夫不为也
 - 6) 站有站相，坐有坐姿，文质彬彬
 - 7) 事缓则圆，事恭则成，事忙多错，事难则惧，事轻则败
 - 8) 远离是非
 - 9) 不窥他人隐私，维护他人利益
 - 10) 以名相对，以正长幼
 - 11) 借物必先问，借物及时还

第四讲 诚实守信、改过迁善

- 1. 儒家五常
 - 1) 仁



- 2) 义
- 3) 礼
- 4) 智
- 5) 信
2. 一日三善
 - 1) 视善：存好心
 - 2) 语善：说好话
 - 3) 行善：做好事
3. 《弟子规》中的信用体系
 - 1) 自古皆有死，人无信不立
 - 2) 多言多失，多事多败
 - 3) 语善：言而有信，辞达而已
 - 4) 语恶：奸巧谗佞，道听途说
 - 5) 一诺千金
 - 6) 吐字清晰，表意准确
 - 7) 闲事莫管，“勿谈国事”
 - 8) 见善如不及，见恶如探汤
 - 9) 知过能改，善莫大焉
 - 10) 德比于上而知耻，欲比于下而知足
 - 11) 心如海量，闻过则喜
 - 12) 知过能改即是善，掩饰过错即为罪

第五讲 感恩博爱，推己及人

1. 爱是人类发展进步的永恒动力
 - 1) 爱人者，人恒爱之；敬人者，人恒敬之。
 - 2) 我们该如何去爱：儒家三句经典
 - ◆ 行有不得，反求诸己
 - ◆ 己所不欲，勿施于人
 - ◆ 己欲立而立人，己欲达而达人
 - 3) 塑造自尊自爱的人生
2. 爱的内涵
 - 1) 忠恕之道
 - 2) 中庸之道
 - 3) 絜矩之道
3. 《弟子规》中如何教导我们去感恩博爱
 - 1) 夫子之道，忠恕而已
 - 2) 天覆地载，亲如兄弟
 - 3) 注重内涵修炼，不仅在乎外在修饰
 - 4) 相互帮助，共同进步，不相互诋毁
 - 5) 趋炎附势，喜新厌旧，君子不为也
 - 6) 尊重他人，维护他人的权利和隐私
 - 7) 隐恶扬善
 - 8) 同事之间要共同进德修业
 - 9) 奉献精神：舍得，有舍才有得

- 10) 己所不欲勿施于人
- 11) 一颗感恩的心
- 12) 宽容慈和，以理服人

第六讲 见贤思齐，摒弃小人

- 1. 交友之道
 - 1) 益者三友
 - 2) 损者三友
- 2. 交友阶段
 - 1) 可与共学
 - 2) 可与适道
 - 3) 可与立
 - 4) 可与权
- 3. 《弟子规》中关于环境对人格发展的重要性
 - 1) 人是会受环境影响的
 - 2) 物以类聚，人以群分
 - 3) 仁者，爱人；爱人者，人恒爱之
 - 4) 舜，何人也；予，何人也；有为者若是。
 - 5) 智者不惑，仁者不忧，勇者不惧
 - 6) 苟日新，日日新，又日新
 - 7) 人必自侮然后人侮之

第七讲 知行合一，学以致用

- 1. 人生四境界
 - 1) 自然境界
 - 2) 功利境界
 - 3) 道德境界
 - 4) 天地境界
- 2. 知行合一
 - 1) 经世致用
- 3. 《弟子规》中关于“知行合一”的行为规范
 - 1) 书呆子和莽夫
 - 2) 质胜文则野，文胜质则史；文质彬彬，然后君子
 - 3) 学而不思则罔，思而不学则殆
 - 4) 夸夸其谈和固步自封
 - 5) 工作三法则：心到、眼到、口到
 - 6) 不要一口气吃成胖子
 - 7) 豁然开朗和时刻求教
 - 8) 做事细心，有条理，干净整洁，营造良好的办公环境
 - 9) 字如其人，人如其字
 - 10) 选择的重要性，近朱者赤，近墨者黑
 - 11) 圣贤都是后天培养的

备注：课程中会分享一些经典的历史人物与历史故事。

【课堂建议】

- 1、不迟到，不随意走动，非重要电话不接听，手机静音或关机
- 2、所有俗务之心都放心，有缘相聚一起学习，共同进德修业
- 3、课堂中都是同窗好友，无有贵贱亲疏者，我们都是在一起的学习者、分享者

