

让心灵起航——职场阳光心态塑造

主讲：王哲光

课程背景

几乎每个公司的领导者都声称员工是最重要的资源，但他们真是这么认为的吗？既然我们通过招聘和选拔程序，付出了巨大努力来吸引和挑选能够在未来有可能取得成功的人，那么我们对这些人是如何做的呢？通常企业直接把他们放在缺乏培训和支持的工作岗位上，然后期望中间有一些精英浮现出来，结果是人力资源的巨大浪费！

缺乏阳光积极心态和不具备职业素养的员工在工作中总是容易出现这样或者那样的问题。虽然走过不少的弯路能够让他们获得宝贵的经验和教训，是成长必经的过程，但对一些基础性、常识性及被无数理论和实践证明了的职业原则的掌握，完全可以通过培训有效的让他们了解并运用于实际工作中，这样避免了不必要的错误造成的企业和员工个人的损失。

企业发展需要合格员工，更需要优秀和卓越的员工，本课程旨在帮助员工提高自身心理的把握、角色认知、职业道德、敬业精神、责任意识、职业心态方面的认识，作为卓越员工迎接工作挑战。本课程是“道”与“术”的完美接合，参加本课程训练将让您如何做到“成为企业需要的人”

课程目标

- 拥有健康积极的阳光心态，强化职业意识；
- 树立正确的工作观念和人生态度；塑造强烈的目标感、责任心、与企业和谐双赢和对企业感恩的职业化心态，具备高度的职业化素养和角色定位；
- 了解自身与卓越员工的差距，发掘员工潜能，追求成为职业精英。

授课对象

企业全员。

培训用时

2天（6小时）

授课方式

通过“讲授—演练—分享—点评—感悟—突破”训练法，30%知识点剖析+30%案例研讨+30%演练互动和视频赏析+10%总结、点评、纠偏，使学员在完成一个个任务中体验和成

长，改变心智模式，掌握提升效能和管理技能，从而成为企业需要的卓越经理人。

课程大纲

一、把快乐还给自己

- 1、打造你的职业竞争力
- 2、压力的来源
- 3、思维转换的力量
演练：做做看
- 4、卓越之路——拒绝平庸的原则
- 5、化解压力的绝佳利器——阳光心态

二、你为谁打工

- 1、职业还是事业
教学影片《职业还是事业》
 - 1) 如何找到工作乐趣
 - 2) 全力以赴
 - 3) 激情——不疯魔不成活
- 2、影响圈与关注圈

三、心态决定未来

- 1、如何理解“老板永远是对的”
教学影片《不可能的任务》
 - 1) 企业欢迎什么人？
 - 2) 进化法则——调适
 - 3) 我们能改变的只有自己，责任到己为止！
- 2、我是我的选择——职业心态
积极心态、空杯心态、共赢心态、创业心态、感恩心态
演练：掰手腕
- 3、职业精英必须具备的意识
责任意识、领导意识、问题意识、改善意识、创新意识、成本意识、服务意识、营销意识、客户意识、团队意识
演练：如何让这样的事情不再发生

四、游刃有余——让自己更轻松的智慧

- 1、人生而有情——情绪面面观
研讨：喜、怒、忧、思、悲、恐、惊
- 2、情绪的力量——七情从容法
 - 1) 七情从容法
 - 2) 影响他人情绪的方法
 - 3) 平衡的艺术*演练：情绪对话*
- 3、沟通无处不在——知彼解己
 - 1) 沟通不良的弊病

- 2) 高效能沟通四大技巧：聆听、发问、厘清、回应
- 3) 五维沟通
- 4) 同理心沟通

演练：印第安发言棒

4、如何化解冲突

- 1) 冲突的来源
- 2) 化解冲突的原则

5、给心情放个假——休息和放松的技巧

职业习惯造就卓越人生