

---

# 职业素养与职业心态

## 课程大纲

**课程名称：**《职业素养与职业心态》

**课程性质：**内训或公开课

**培训学员：**全体员工

**教学时数：**6学时(一天)

**课程简介：**

企业中往往存在如下现象：员工认为，自己是在为老板打工，领导在打工，从不认为是为自己在打工；员工认为，工作就是为了交换工资，多给多干，少给少干，工作中缺乏积极性、主动性、创造性，当一天和尚撞一天钟。员工员工松散，懈怠、没积极性，消极被动、不努力、不肯多付是一种表面现象，其实背后的真实情况是没有正确的人生方向，缺乏良好的职业素养训练，没有培养起优秀的职业心态。要从一个学生或者一个自然人变成一个优秀的职业经理人，就必须进行雕琢、打磨。

**课程目标：**

通过学习本课程，将使员工实现以下转变：  
全面提升员工觉悟，职业性，自动自发性等积极性。  
认识到是为自己在工作，为将来工作，为家人工作  
认识到职业化的重要性，知道如何体现职业性，完善自己的职业性  
知道如何去工作，怎样去工作。

**教学要求：**采用课堂讲授与课堂讨论相结合的方式进行，课堂讲授要求理论结合实际，运用案例和教学实例，深入浅出、旁征博引，同时配备课堂练习，现场互动以消化老师的课程内容。

**课程内容：**

### 第一部分：理想人生与自我价值实现

1. 中美贸易战对企业的影响
  - ✓ 传统企业的倒闭潮
  - ✓ 如何选择高成长的企业
2. 三度修炼与人生产长
  - ✓ 态度决定命运
  - ✓ 气度决定格局
  - ✓ 底蕴的厚度决定人生的高度
3. 人生只为大事来
4. 企业是没有围墙的大学

- 
5. 人生最后悔的事情
  - ✓ 辜负了青春好年华
  - ✓ 频繁跳槽败坏了个人品牌
  6. 案例：员工住在城中村的遭遇
  7. 任正非：为什么让谈战略的新员工离职

### **第二部分：工作是什么？你在为谁工作？**

1. 工作是什么？
2. 我为薪水工作,更为价值工作
3. 行行出状元!天下无做不好的行业,只有做不好的人.
4. 把职业视作生命的一部分
5. 别把眼睛盯在钱上，培养能力更重要
6. 要想让事情变好之前先要自己变好
7. 你是谁?你是你自己的老板
8. 你准备被谁主宰?
9. 优秀的员工，老板和普通员工的区别
10. 优良员工，老板和普通员工的区别
11. 在工作中实现自己的价值
12. 今天工作不努力，明天努力找工作

### **第三部分：我们和公司是什么样的关系**

1. 公司是船，你在船上、与公司双赢
2. 公司是你生存和发展的平台
3. 不对老板踢“皮球”贡献你的全部力量
4. 我要为自己的工作态度负责
5. 站在老板角度，把公司当成自己的事业
6. 不要问公司给了你什么，要问你为公司做了些什么
7. 老板也在为我们工作,
8. 老板是让员工赢利的顾客
9. 老板这样想，一定有他的道理
10. 体谅领导，未来才能做好领导
11. 老板是我们工作导师
12. 老板和员工不是对立，而是合作
13. 帮助老板成功，你也会获得成功
14. 学会与老板“换位思考”给老板多一些理解和支持
15. 案例：任正非：为什么让谈战略的新员工离职

### **第三部分：如何看待工作中的问题、困难、挫折**

1. 问题是自己能力要提升的信号
2. 困难是雕刻机
3. 一切“灾难”都为最好的安排做准备
4. 挫折是你必须攻克的增长难关否则反复出现
5. 上帝关上一扇门，必定会打开一扇窗
6. 只要观念不滑坡 办法总比困难多
7. 案例：人生的第一份工作：三株药业的遭遇

### **第四部分：如何看待付出，及应该如何付出**

1. 机会来自准备及智慧——发现机会

- 
2. 机会来自优异的表现——争取机会
  3. 机会来自责任和勇气——创造机会
  4. 在付出中成长的心态！
  5. 成败都是必然——一切都是因果
  6. 非凡的付出必有非凡的回报
  7. 什么是钱？
  8. 能力/付出和收入成正比
  9. 不要把眼睛仅盯在钱上，看看其他的收获
  10. 案例：曹操评价袁绍的启示
  11. 案例：柳传志为什么会培养刚出校门杨元庆

#### **第六部分：感恩，优秀员工应有的心态**

1. 感恩是生活的大智慧：
2. 感恩使员工与企业融洽：
3. 感恩能让员工更快成长
4. 感恩能让员工效率得到有效提升
5. 感恩在细节：莫以善小而不为、莫以恶小而为之
6. 感恩在场景：有爱大声说出来
7. 感恩在工作：敬业爱岗、分内分外一个样
8. 感恩在帮助：帮助别人就是帮助自己
9. 感恩在口德：学会赞美别人

#### **第七部分：压力情绪管理**

##### 一、情绪是什么？

1. 情绪是怎么产生的？
4. 为什么要掌控情绪？
5. 如何掌控情绪？
6. 如何管理他人情绪？
7. 情绪管理是个过程。

##### 二、压力产生的原因

1. 内源性压力：由想法和高级动机所导致
2. 物源性压力：由生理因素所导致
3. 外源性压力：由组织环境因素所导致
  - ✓ 无效的沟通
  - ✓ 管理不善
  - ✓ 信息超载
  - ✓ 领导者行为前后不一致
  - ✓ 工作负担过重
  - ✓ 工作变动
  - ✓ 私人问题

##### 三、调整压力的技巧

1. 心理平静，专注当下每个事件
2. 正面思考，把压力变动力

- 
3. 用宁静心态面对工作和生活
  4. 主动营造愉悦好心情
  5. 不追求绝对完美，预先设置底限和多种应对方案

## **第八部分：打造团队高效执行力**

### 一、高效执行力团队的打造

1. 什么叫高效执行力团队
2. 团队执行力不佳的原因
3. 高效团队的建立与发展
4. 高效团队建设的原则

### 三、如何改造执行意识

1. 执行意识来自——执行环境的培育
2. 什么决定着一个人的执行行为？
3. 执行是性格和素质是人格而非知识

### 三、高效执行保障系统

1. 执行力提升万能公式
2. 执行力的 6R 思路
3. 执行力的 6R 构成
4. 个人目标和公司目标一体化运营
5. 建立目标控制系统执行才有保障
6. 行动计划——目标工作单 1
7. 结果检查——为什么要检查
8. 学以致用：执行力成果转化——行动计划表