

《员工职业素养提升》课程大纲

于冰

课程目的：

职场当中有各种各样的岗位，每个岗位的职责要求不同，岗位技能不同，在团队中的级别和角色也不同，但是，千差万别的岗位对从事者却有很多共同的标准和要求，也就是通常所说的“职业素养”，拥有良好的职业素养，是每一位职场人的基本要求，也是普遍要求。该课程的目的，就是和学员深入探讨什么是优秀的职业素养，如何不断靠近并最终拥有这些品质。

课程收益：

- 1、了解何为职业化，何为优秀的职业素养，它们的标准和要求有哪些。
- 2、作为优秀的职场人，需要拥有哪些职业精神和职业道德。
- 3、作为优秀的职场人，需要掌握哪些必备的职业技能和自我管理能力。

课程时长：1-2 天 (6-12 小时)

课程提纲：

一、职业化与职业素养

1、职业化的标准

- 1) 不同岗位的职业化标准
- 2) 职场通用职业化标准

2、职业化的重要性

- 1) 对个人发展
- 2) 对组织建设

3) 个性化 OR 标准化

二、职业心态

- 1、我为谁而工作
- 2、职场定位与角色认知
- 3、画一条自己的职业通道
- 4、个人价值从哪里来

三、职业精神与职业道德

- 1、爱岗敬业
- 2、责任意识
- 3、合作精神
- 4、全局观念
- 5、执行意识
- 6、追求卓越

四、职场必备自我管理技能

1、时间管理

- 1) 时间管理矩阵
- 2) 横向管理 workflows 的 5 个步骤
- 3) 正视“拖延症”
- 4) 时间管理的技巧与工具

2、高效沟通

- 1) 沟通模型解析
- 2) 拒绝“暴力沟通”
- 3) 360 度倾听与理解
- 4) 优化沟通路径
- 5) 处理人际冲突

3、情绪与压力管理

- 1) 情绪认知与自我诊断
- 2) 压力缓解常用技巧

4、职场礼仪

- 1) 礼仪中的“尊者”意识
- 2) 新社交时代的掌上礼仪