

# 《职场第一步》

## 【课程背景】：

作为企业新入职的员工，往往需要了解很多，尤其是作为一名大学生转向的职业人。

长期的家中独宝的经历，丰富的家庭经济条件，往往造成了工作不努力，觉得一切都是应该的，希望更多的照顾，对企业的理解不明确等需求，往往对企业的发展造成不利的影响。

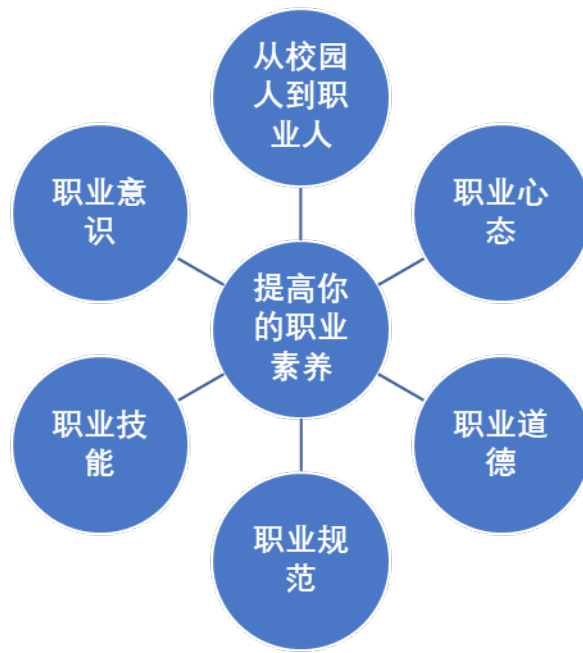
员工是企业生存与发展之本，一流的企业可以造就优秀的员工，优秀的员工也能成就一流的企业。中国的众多国有大型企业在充满竞争日益成熟的市场环境下，经过几年的历练，在运营管理和制度建设上已日趋完善，越来越多的管理者为了保持企业的持续增长，开始关注于企业员工核心能力与素质的培养与训练。

## 【课程受益】：

1. 培养责任心和敬业精神，养成良好的职业习惯，树立下一道工序就是自己的客户的服务意识，实现从校园人到企业人的角色转变。
2. 树立阳光心态，以积极正面的态度，正确对待工作中出现的问题和遇到的挫折，以高昂的热情和斗志投入工作。
3. 学会处理个人与公司的关系，服从组织规则，“小我”融入“大我”。
4. 掌握沟通技能，学会与上司、同事和客户的相处技巧，减少误解和冲突，增进信任，提高工作绩效，轻松工作。
5. 树立危机意识，加强紧迫感，学会珍惜工作，努力改变适应职场。
6. 规划职业生涯，找到自己的天性优势，结合天性优势结合工作适应公司的发展。
7. 树立结果思维，提升执行力。

【课程对象】：普通员工、新进员工等需要提升职场竞争力的人士

## 【课程结构】



### 【课程内容】：

#### 第一单元：职业素养——从校园人到职业人

- 1、工作给我们带来了什么
- 2、校园人和职业人的区别
- 3、职业人三大记住：身份、标准、价值
- 4、从校园到职业的四大提醒：改变世界还是适应世界、天才还是地材、经得住“折磨”，才能成“栋梁”、不怕丢脸才会长脸
  - 研讨：工作给我们带来什么
  - 视频：太太万岁

#### 第二单元：职业素养——职业心态

1. 态度、知识、技能三者关系
  - 懂不懂做、会不会做、愿不愿做
- 2、积极心态树与消极心态树
- 3、不抱怨外界，只解决问题

#### 4、培养良好职业心态

工作：价值心态、学习心态、老板心态、准备心态

生活：积极心态、宽容心态、舍得心态、感恩心态

对人：尊重领导、关爱同事

对事：认真仔细、坚持到底

➤ 演练：积极心态树与消极心态树

#### 第三单元：职业素养——职业道德

##### 1、先做人后做事

2、敬业：敬业是一种精神、敬业必先重业、敬业精神缺失表现、乐业勤业和精业

3、责任：责任的三重含义、对工作负责就是对人生负责

4、忠诚：忠诚自有回报、工作是我的事业、尽职尽责、业绩回报、稳定工作

➤ 阅读：退休感言

#### 第四单元：职业素养——职业规范

##### 1、上司需要什么样的你

##### 2、职业化与专业化

##### 3、职业和娱乐

4、职场三关：团队关、发展关、沟通关

##### 5、形象规范、行为规范、习惯规范

形象规范：礼仪重要性、遵守公司礼仪

行为规范：考勤管理、会议管理、职场环境管理、互联网邮件规定、公司资产安全

习惯规范：汇报习惯、与人沟通习惯、工作习惯、接受工作习惯、安排工作习惯、及时汇报习惯、执行习惯、角色互换习惯、时间管理习惯

➤ 视频：窈窕绅士

#### 第五单元：职业素养——职业技能

##### 1、找到你的价值点与缺陷点

2、技能是轮胎，加速你的职业素养

- 3、沟通技能赞美、批评、聆听、询问、表达
  - 4、行政技能：调查研究、撰写报告、主持研讨、办公软件使用、外语能力、思维能力
  - 5、专业技能：岗位技能、培训技能
- 演练：沟通技巧—赞美、表达

#### 第六单元：职业素养——职业意识

- 1、职业化是一种意识
  - 2、结果意识：公司只为结果买单、价值在于提供的结果
  - 3、成本意识：节约的成本就是利润、主人翁精神
  - 4、服务意识：客户满意才是目标、内部客户也是客户
  - 5、目标意识：SMART、剥洋葱法则
  - 6、创新意识：发散思维、联想思维、逆向思维
  - 7、职业规划意识：职业与生活方式、职业与资源、职业与城市、职业的发展通道、外职业生涯和内职业生涯
- 视频：梦骑士