
《旗开得胜-让成长在组织中加速》（1天）

【课程背景】

节后上班，您是否还在为这些问题而烦恼？

★上班啦，人回来了，心还在假期，精神萎靡，心神不宁……

★节后上班不适应，感觉浑身上下不得劲，好像干什么都不在状态……

★得了假期综合症，晚上睡不着，早上起不来，坐在办公室满脑子跑火车……

★重返工作岗位，做事拖拉懒散，执行力低下，激情弱爆，对上班产生厌恶和恐惧感……

员工们这是怎么啦？得了“节后综合症”！解决这些“心态不好、状态不佳、干劲不足、能量不够”等“节后综合症”问题，答案只有一个：调整员工心态，激活员工状态，引爆全员战斗力！

【课程目标】

本课程专门打造节后复工收心归位“三步法”，第一步调整心态，思考发展；第二步梳理优势，找到能力提升目标，第三步学会有效诊断自己的职业状态；通过这三步激活团队动力，让员工快速收心归位：在职、在岗、在状态，同时营造“撸起袖子加油干”的浓厚氛围，督促员工尽快行动起来。

授课对象：全员

授课方式：讲师讲授+案例分析+角色扮演+情景模拟+实操演练+视频

授课时间：1天或半天，6小时/天，3小时/半天。

课程大纲

破冰导入：

1、企业为什么要组织大家学习

2、一年之计在于春，今年的目标？（互动交流）

第一讲：成长第一步——思考自己在组织的发展

游戏互动：憧憬未来（10年后的你过着怎样的人生？）

一、四种不同的幸福人生

1. 人生的四种方向：高度、深度、宽度、温度

2. 幸福的方式不止一种

二、积极的心态助力职业三阶段

职业前期的心态和策略：

- 外环策略，能做什么就做什么
- 先平衡成功线，让组织满意
- 拒绝焦虑性学习，学习要以岗位能力为主

2.职场发展期的心态和策略

职业中期发展策略：

- 内环策略，从被动到主动出击
- 从个人需求出发，开始考虑平衡幸福线
- 学习是手段，目的是让自己过得更好

3.职场事业期的心态和策略

职业中后期发展策略：

- 内外兼修，不断地调整自己来适应环境的变化
- 转外环是为了生存，转内环是为了生活的更好
- 匹配永远是核心，个人需与企业同步成长才是“硬道理”

四、工作与生活的平衡

团队共创：思考自己目前所处的发展阶段和下一步计划

第二讲：成长第二步——识别优势跟上组织的发展

游戏互动：砸金花（怎样才能成为人生的赢家？）

能力三核模型的讲解

一、发现你的幸福因子：能力的定义

情境模拟训练：能力认知的信念调试

二、培养你的幸福能力：能力管理四象限

- 1.优势区：喜欢-高能力
- 2.潜能区：喜欢-低能力
- 3.退路区：不喜欢-高能力
- 4.盲区：不喜欢-低能力

三、如何成为职场明星：能力管理的策略

- 1.聚焦优势
- 2.培养潜能
- 3.利用储存
- 4.规避盲区

第三讲：成长第三步——把控情绪是职场的立身之本

案例：人人都想要的好工作？

人生金三角：热爱、努力、玩耍

1. 完美职业的三要素：兴趣、能力、价值
2. 职场收益公式：金钱+发展空间+情感收益
3. 转动三叶草：调整自己的情绪
 - 职业倦怠：提升职业兴趣
 - 职业焦虑：提升职业能力
 - 职业失落：链接当前价值

总结复盘：结合组织的目标制定自己的个人成长计划
