

# ——《VUCA 新时代·智慧职场人》——

## ---职业化素养与阳光心态

### 【课程收益】

- 培养责任心和敬业精神，养成良好的职业习惯；
- 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。
- 学会处理个人与公司的关系，服从组织规则，“小我”融入“大我”。
- 掌握沟通技能，学会与上司、同事和跨部门的相处技巧，减少误解和冲突，增进信任，提高工作绩效，轻松工作。
- 树立危机意识，加强紧迫感，不断精进，由内而外提升迭代自我，成为高效能职业人；
- 实现高效快乐工作，提升职场幸福力，为企业聚能增效。

### 【授课时间】

1天=6小时 共计2天

### 【课程大纲】

#### 第一讲：解读员工职业化

##### 一、新视角解读职业化

1. VUCA 时代特征
2. 职业化表现形式
3. 职业化价值体现

讨论：现在的我 VS 5 年后的我

## 二、职业化员工自我角色认知

1. 我的位置在哪里？
2. 这个位置的职责是什么？
3. 这个位置的工作标准和目标是什么？
4. 这个位置对角色的技能要求是什么？
5. 这个位置和组织中其他人分界点在哪里？
6. 小练习：手绘作品团队 PK——“我的定位地图最棒”
7. 小测试：你在公司里的角色定位

## 三、企业对员工的角色期待

1. 同事的合作者
2. 规则的遵循者
3. 利润的创造者
4. 客户的提供者
5. 企业的代言者
6. 高效的工作者

四、行为自测：你是哪种类型的员工？

- 1、高效能员工
- 2、墨守成规型员工
- 3、被动型员工
- 4、疏离型员工
- 5、实用主义型员工

## 第二讲：职业化素养之工作态度

讨论：你如何定义成功与失败？成功的人与失败的人分别有哪些特点？

### 一、你靠什么取得职场成功？

探讨：人工作的动机是什么？你的使命是什么？

### 二、痛苦的工作还是快乐的工作？

探讨：你为什么爱玩游戏？

- 1、从“要我做”到“我要做”
- 2、坚持？NO！要的是“热爱”！
- 3、不要职场玻璃心

### 三、培养阳光六心

- 1、积极心
- 现场体验：积极心态与消极心态

- OH卡体验：舒服与不舒服

- 探索事情中积极的一面

- 发现美的眼睛

## 2、责任心

- 为团队负责任

- 为结果承担责任

## 3、正向心

- 探索事件背后正向的初始意图

## 4、好奇心

- 案例：末班地铁上的父子

## 5、竞争心

- 案例：杰克·韦尔奇办公室的两幅画

## 6、挑战心

- 案例：西游记团队---积极拥抱新的变化和任务

## 第三讲：职业化素养之沟通协作

互动：良好沟通的特点有哪些？

### 一、与领导沟通

- 1、理解你的领导

- 2、知道领导关心的是什么

3、汇报工作的要求与步骤

4、事事有回音，件件有着落

5、接受指示的 3O 法

二、与同事沟通

1、组织中的情商表现

2、接纳不同行为风格的同事：4 种行为风格解析

3、当好对方需要的合作伙伴

三、避免冲突的沟通方式

1、说明白

2、问清楚

3、听得懂

模型：冲突处理的 3F 模型

案例分析：《他开会迟到了》

## **第四讲：职业化素养之行为规范**

一、专业形象，内外兼修

1. 你所认为的职业化形象是什么

2. 首因效应对个人职场发展的重要性

3. 个人素养的体现

4. 团队荣誉的维系

## 二、定位你的职业形象

1. 穿的对比穿的美更重要
2. 提升个人及企业形象的穿衣法则
3. 各类职业形象着装方式/各场合着装规范（女士、男士）
4. 常见商务着装误区点评（细节决定成败）
5. 6种坚决不能穿的衣服
6. 服装款式选择、配饰的选择和搭配
7. 塑造有权威感的职场发型
8. 微笑的魅力---提升你的人际交往亲和度

## 三、培养良好的办公室行为规范

1. 管理好你办公桌的“一亩三分地”
2. 职场中的迎来送往礼仪行为
3. 细节决定命运---影响你前途的小动作
4. 微信社交启示录

## 第五讲：整体回顾与总结