

# 华丽转身

## ----从校园人到职场人

主讲老师：杨洪波

### 课程背景：

对于一个校园人来说，从校园到社会，是人生的一个重大转折，能否顺利实现这个过渡，直接

关系到大学生自信心的建立以及在未来职业生涯中的成长速度。对于企业来说，关系到能否在最短的时间内，让大学生成为企业的有用之才，为企业创造业绩，作出贡献，让大学生快速从企业的人力成本转变为企业的人力资本。

- ◇ 初入职场都需要做好哪些方面的准备？
- ◇ 如何解决职场新人的迷茫与困惑？
- ◇ 如何处理职场当中复杂的人际关系？
- ◇ 怎样才能快速融入组织，融入团队？
- ◇ 干好工作需要提升哪方面的职业技能？

本课程帮助校园人快速实现职场人的转化，打造规范化、职业化、专业化的人才梯队，树立职业化的心态，培养职业化技能，提升职业化素养，从而建立起企业内部高素质职业化队伍。

### 课程收益：

- ◇ 了解校园人和职场人的根本区别；
- ◇ 了解作为职场人必须具备的职业素养；
- ◇ 了解职场学习方式的“7.2.1”学习法则；
- ◇ 掌握职业化做事的一个中心和三个基本点
- ◇ 掌握自我认知、自我管理、自我激励的方法；
- ◇ 学习职业化心态的修炼、职业化技能的培养；
- ◇ 学习执行到位、高效沟通、职场礼仪等技能；
- ◇ 打造积极主动、团结协作、结果导向、不断成长的职业化队伍。

### 课程特色：

- ◇ 实用性与趣味性的完美结合，寓教于乐，深入浅出、善于和学员互动、亲和力强，幽默风趣；
- ◇ **1/3 理论讲解，1/3 模拟体验，1/3 互动分享；**
- ◇ 以学员为中心，在模拟中学习，在互动中学习，在体验中学习。

课程受众：应届毕业生、毕业两年内大学生、新入职员工。

课程时间：1--2 天（6 小时/天）

### 课程大纲：

## 第一章、校园到职场的转变

### 第一节. 心态转变

1. 我是谁？我想要什么？我该怎么做？

【工具】邓宁----克鲁格心理效应

2. 新人三件事：学习、尝试、积累

【工具】职场 7/2/1 学习法则

3. 变被动为主动

【讨论】生命还是食物？

## 第二节. 角色转变

1. 评价标准

【案例】请给出你的答案

2. 承担责任

【案例】帮忙出错，谁之责？

3. 环境不同

【案例】如何安排销售部的午餐

4. 人际关系

【案例】惹祸的朋友圈

## 第三节. 行为转变

1. 了解企业、了解岗位

2. 认知职业、职场、职业生涯

3. 学习职业化做事

【案例】失业的女秘书

# 第二章、职业化心态的修炼

## 第一节. 态度能决定一切

1. 态度决定能力

【案例】逃跑帝与最美妈妈

2. 心态决定生理

【案例】蓬蓬裙计划

3. 心态决定命运

【案例】爱笑的人运气不会太差

## 第二节. 尽在掌握

【案例】车祸未遂

1. 让自己成为“家里人”

【案例】过门的新娘

2. 向内看问题

【案例】辞职到升职

3. 做问题的解决者

【讨论】没有问题了会怎样？

4. 当下即最佳

【讨论】你“出卖”过自己吗？

## 第三节. 积极主动

【案例】任正非讲学习美国

1. 消极与积极

【案例】面对上班迟到

2. 关注圈与影响圈

【讨论】您能控制哪件事？

3. 操之在我

【案例】兰博基尼的由来

#### 第四节. 责任结果

##### 1. 结果第一

【案例】为什么客户不满意？

##### 2. 责任逻辑

【案例】期间七天的保姆

###### ① 对自己及家人负责

【讨论】提意见再三被拒，还提吗？

###### ② 对企业客户负责

【案例】为什么选择顺丰？

###### ③ 对职业生涯负责

【案例】刷马桶的野田圣子

###### ④ 对社会国家负责

【案例】最牛校长叶志平

### 第三章、自我认知激发动力

#### 第一节. 修炼高情商

##### 1. 情商的内含

##### 2. 情商的重要性

【案例】史泰龙的故事

##### 3. 提高情商的途径

###### ① 自我认知

###### ② 自我管理

【案例】情绪管理

###### ③ 自我激励

【互动】潜能

###### ④ 认知他人

【互动】听与说

###### ⑤ 和谐人际

#### 第二节. DISC 测试分析及职场应用

##### 1. 习惯的力量

【互动】左还是右？

##### 2. DISC 测试与分析

【工具】DISC 测试

##### 3. DISC 的职场应用

###### ① 四种性格特质的行为表现、自我提升与沟通应对

###### ② 如何快速识别不同特质

【案例】办公桌上、开会时、乘电梯、讲故事

#### 第三节. 职业锚

##### 1. 关于职业锚

##### 2. 职业锚的测试

【工具】职业锚测试

##### 3. 各种职业锚类型的分析

职能型、管理型、独立型、稳定型、差异性、服务型、挑战型、生活型

## 第四章、职业化技能的培养

### 第一节. 核心技能----沟通

1. 沟通的原理
2. 克服沟通障碍
  - ① 人际间沟通障碍
    - 【案例】头大的接线员
  - ② 预设答案，揣测意图
    - 【案例】郁闷的章子怡
3. 提升表达技巧
  - ① 表达能力
    - 【互动】手臂平伸
  - ② 语言技巧
    - 【案例】武举进谏楚庄王
  - ③ 充分准确
    - 【案例】ok？
  - ④ 非语言沟通
    - 【案例】技术人员与车间主任
  - ⑤ 情绪管理
    - 【案例】唐太宗与魏征
4. 同理心倾听
  - ① 倾听的五个层级
  - ② 以对方为中心----同理心
    - 【互动】拼“人”字
5. 沟通之职场应用
  - ① 接受工作
  - ② 请示工作
  - ③ 汇报工作
  - ④ 总结工作

### 第二节. 职场礼仪

1. 社交距离
  - 【互动】距离产生美
2. 言行举止
  - 【讨论】不职业着装会怎样？
3. 商务礼仪
  - 【讨论】先介绍谁？

### 第三节. 合作共赢

1.  $1+1 > 2$ 
  - 【案例】黄石公园的云杉
2. 优势互补
  - 【互动】不可能的任务