

从职场新人到职场达人——新员工职业素养通关训练（1天）

陈晓璐

课程特色

形式丰富：世界咖啡式教学：1/3 知识讲授，1/3 案例分析，1/3 行动学习，融合促动技术

工具丰富：DISC 性格分析技巧，促动技术，情商，自我测试，高效能对话，工具落地性强

应用广泛：如何融入职场，自如与上级平级客户沟通，提升素养已成职场新人必备技能之一

生动活泼：案例，故事，电影，游戏，角色扮演，研讨，立体互动式教学引发新人主动学

培训背景：

世界 500 强企业坚持把一线员工基本素质与职业素养培训作为长期的系统工作，一线员工的职业素养和专业技能对于企业的经营管理是起着制约性的影响的，员工素质的高低，直接制约着企业发展战略能否行之有效，也直接制约着企业的核心竞争能力发挥。这就要求企业必须训练出一批素质超群，思维敏捷，执行力强的一线员工。

培训收益：

- 1、培养员工良好职业心态，融入职场;
- 2、提升员工职业素养，提升工作绩效;
- 3、让员工掌握沟通技巧向上汇报技巧;
- 4、帮助新员工掌握职业生涯规划技巧;

培训时间：1 天

培训对象：应届大学毕业生、新员工、储备干部等。

培训大纲：

第一部分 职场角色认知与心态

一 角色认知

从校园人到职场人

新人角色转变

职场压力来源

正面压力 VS 负面压力

一 心态转变——职场新人身份转变的心态变化

- 1、什么是心态？新人的压力指数测试
- 2、心态与管理，如何调整身份变化带来的压力
- 3、心态与发展，如何适应环境
- 4、从校园人到职场人，如何做好职场人

二 职业化提升——职场新人六大基础职业素养

- 1、预示成功、坚韧不拔
- 2、管理情绪、自我激励
- 3、时间管理、备忘排序
- 4、要事第一、检查落实
- 5、时间管理、计划管理
- 6、精力管理、自我管理

三 职场沟通——职场新人的沟通技巧

DISC 你是哪个类型

性格优势与职场沟通

如何向上级汇报

如何与同事沟通

如何与客户沟通

四、成长提升——职场新人自我成长与职业规划

- 1、什么是职业规划
- 2、新人如何跟随公司共同成长
- 3、职业生涯规划的 SWOT 法则
- 4 职业锚与职业生涯路径选择
- 5 如何识别自身优势，发挥优势