

专门针对企业员工**调整工作状态**、**重燃工作激情**的学习项目

本课程为中国移动集团集采课程库课程



一) 课程背景

UVCA 时代，企业对员工的管理不是一味的追求忠诚度，而应转向追求敬业度，使员工最大限度发挥自己的价值，从而实现企业与员工共成长的目标。

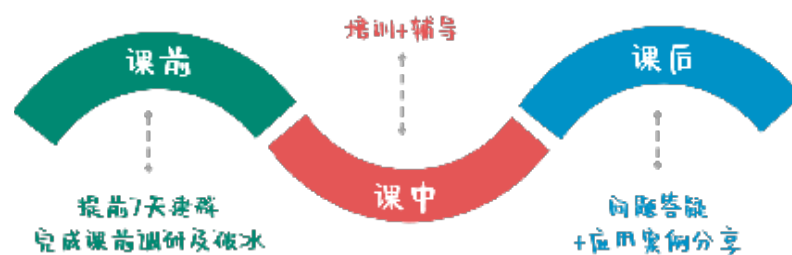
但盖洛普的一份调研报告称“企业内有超过 50%的员工对工作是不投入的，近 20%的员工对工作是其不投入的。”这些员工不仅浪费着自己的职业生涯，也拖累了企业发展的速度。如何能帮助这些员工正视工作的价值，由内而外的调整自己的状态，用更高的目标及更饱满的精神投入到工作中去？

本课程依托微软、强生等世界 500 强企业著名培训课程《FISH 的哲学》，

结合我国国情及企业情况，融入了更多实际有效的工具和方法，使员工由内（意愿）而外（能力）改变困扰其工作低效的问题，引导乐于追求快乐的员工如何能够把工作由包袱变成动力，创造具有强烈意愿和高效率的工作氛围，让员工喜爱他们所从事的工作，以创造更大的职业价值。

二) 课程亮点

课程按照学习项目实施管理：



本课程另配套管理者版本《FISH的哲学：打造活力团队》，员工版重于个人工作状态调节，而管理者版本重于如何为下属打造更好的工作环境，以提升员工敬业度。通过团队环境塑造与个人状态调整双管齐下，更易打造高绩效团队。两个课程组合适用于班组团队建设类培训项目。

三) 目标学员

企业基层员工、各级主管

(为保证授课质量，建议每班课程人数控制在 50 人以内)

四) 课程安排

- 开课（线下课程时间）前 7 天，由白老师及助教协助企业 HR 建学习群
并组织学员完成学习打卡、交流心得等任务；
- **课中：标准线下学习时长 2 天/12 小时**
- 课后：1 个月的学习社群跟进，答疑解惑与应用案例分享，针对优秀转化者奖励学习积分，学员可根据学习积分，通过‘三 T 学社’兑换不同门数的免费在线学习课程。【课程持续更新中…】



五) 课程收益

没有说教的内容，更多的是站在工作情境的基础上剖析问题，以及提供改进建议及工具，使学员得到更为实用的工作技巧，减少其生涯的迷茫与消极，用一种更敬业的态度投入工作。

六) 课程大纲

课程导入：“工作现状”自测及分析 0.5H

- 录像：到美国西雅图派克鱼市参观一下
- 引导学员思考“高效快乐工作”的核心

一、投入：处理自己与工作的关系 2.5H

【本章目的：“投入”是一个模糊的概念，说起来简单做起来难。本章的重点在于使学员基于生涯分析的基础，认识投入的价值和投入的方法】

1. 录像：派克鱼市的“投入”给我们的启示
2. 不投入是问题情绪的罪魁祸首
3. 投入的TOP公式

- (1) 能力值：个人资产盘点
- (2) 意愿值：个人动力引擎



(3) 目标值：英雄用武之地

4. 活动：核心竞争力的定位与打造

二、玩：处理自己与任务的关系 3H

【本章目的：‘游戏化’为工作带来更多新鲜感，带来最直接的影响就是打破了因工作重复性所产生的工作厌倦感，但工作除了变化还要考虑变化带来的价值，让我们学会创新的玩】

1. 录像：派克鱼市的“玩”给我们的启示
2. ‘当一天和尚撞一天钟’对个人职涯的伤害
3. ‘游戏化思维’与‘创新’的异同



(1) 主动创新 VS. 被动创新

(2) 内在动机 VS. 外在动机

(3) 打开大脑的 0.1mm

(4) 三大技巧玩出多快好省

4. 活动：小改变带来大价值

三、让别人快乐：处理自己与他人的关系 3H

【本章目的：正所谓“入职靠 IQ，升职靠 EQ”，在工作中不管是对待上级、同事还是客户，都需要我们能够输出合适的情绪及行为，更好的达成双赢的结果】

1. 录像：派克鱼市的“让别人快乐”给我们的启示

2. 让别人快乐背后的核心‘情商’

3. 情商提升的三要素

(1) 知彼解己：学会区分人与事

(2) 控制情绪：积极提问法引导

(3) 建立关系：会算帐就会合作

4. 活动：感恩感动抱抱会



四、 选择你的态度：处理自己与自己的关系 3H

【本章目的：‘人生就像心电图，如何你想风平浪静，除非...’人生有高峰有低谷很正常，在高峰时一般不太考验心态调整的能力，但低谷期是否能迅速将自己调整出来，成为此章的关键】

1. 录像：派克鱼市的“选择你的态度”给我们的启示

2. 我们如何感知世界&感知自己？

3. 调整自我状态的四大技巧

(1) 技巧1：NLP理解层次，找到更高的追求

(2) 技巧2：学会暗示，对自己展开积极影响

(3) 技巧3：神奇的2.9013，打开感知幸福的触角

(4) 技巧4：选择性摄入，让每个细胞充满正能量

4. 活动：力克·胡哲带给我们的启示



5. mini 分享会：我的改变之旅