新员工学习力提升

课程背景

新员工入职以后，面临着要进行快速的学习和适应新的职场环境，面对学习新事物时，很多新员工无法很快的生成适合自己的学习目标和计划，进行着手执行。无论是企业组织的线下培训课程还是线上的一些网课学习，绝大部分的人无法做到内容学以致用，并内化到自己的认知和行为中。基本上现在职场的人都面临着学习者困境，学习心理学可以帮助你从元认知层面打破学习者困境，做信息的主动加功者，通过刻意练习提高学习效率，培养巩固自己的成长型思维，为自我教育和终身学习装上“发动机”。

课程收益

1. 了解认识学习者困境
2. 利用元认知进行刻意练习
3. 运用元认知自我驱动
4. 通过科学的方法主动加工信息
5. 培养自己的成长型思维
6. 找到自我教育和终身学习的动力

课程对象：全员

课程时间：1 天（6 小时） pm9：00—12：00　pm14：00-17：00

课程形式：讲师讲授+案例分析+角色扮演+情景模拟+实操演练+视频

课程纲要：

第一章.那些学校没教的事——元认知

一. 学习者困境

二. 如何打破学习者困境

三. 基础版目标设立法

四. 高级版目标设立法

第二章.策略篇（上）： 主动型加工者 vs 被动型接收者

一. 大脑的工作原理

二. 主动加工的四种方法

第三章.策略篇（下）：天真的练习 vs 刻意练习

一. 无效的天真练习

二. 刻意练习的原则

三. 在自学中运用刻意练习

第四章.动力篇：僵固型思维 vs 成长型思维

一. 你是僵固型思维吗

二. 用自我对话培养成长型思维

三. 做自己的发动机