

# 《卓越之道：职业化素养与高效能工作》

主讲：卢云峰老师

## 课程背景：

- 在新时代环境下，打造一支强有力的团队，需要员工具备良好的职业心态、职业化的工作方法。然而在实际工作中，员工会出现这样那样的问题，造成企业核心竞争力的降低，常见的问题：
  - ◇ 员工工作不积极，让干啥干啥，缺乏执行力；
  - ◇ 破罐子破摔，每天都是无所谓的状态；
  - ◇ 没有时间的观念，做事拖拖拉拉；
  - ◇ 工作虎头蛇尾，没有计划，恶性循环；
  - ◇ 攀比之风盛行，拼薪资却忽略其他；
  - ◇ 抱怨相互间的协作不给力；
  - ◇ 总觉得企业对不住自己，自己是金子没有被挖掘……
- 本课程从员工如何实现职业化转变入手，通过培养员工职业化素养与心态，帮助员工实现与组织的共赢之道，共同承担企业的使命并创造美好的未来。

## 课程收益：

- 培养员工拥有正确的职业心态，树立良好的职业观念。
- 帮助员工提高工作效能，提升团队协作精神，达成团队目标要求。
- 推进员工快速融入企业文化，认同并共同实现企业发展目标。
- 促进员工间精诚合作，保持团队的整体战斗力，并持续创造价值。

## 内容纲要：

### 第一部分 职业化素养

## 第一章 卓越人生与职场工作

- 树立快乐与正能量的工作理念
- 职业操守、职业状态、职业精神
  - ◇ 有规矩才成方圆
  - ◇ 一切按规范办事
  - ◇ 文化是企业活命的根本
  - ◇ 制度是我们获得工具的法宝
  - ◇ 学会自我约束和自我管理
  - ◇ 追求完美，享受卓越的成果
- 认识自己的职责分工和工作角色
- 清晰的职业规划与生涯发展目标
  - ◇ 案例分析：何为职场卓越及其标准

## 第二章 塑造职业化心态

- 责任心态 - 担当责任
- 学习心态 - 超越自我
- 利他心态 - 磨练心智
- 付出心态 - 修炼情商
- 合作心态 - 团队融入
- 感恩心态 - 净化心灵
- **职业化之学习心态**
  - ◇ 你可以没有文凭，但不能没有水平
  - ◇ 学习是终身的承诺
  - ◇ 创新来自一线员工
  - ◇ 学习的秘诀：随时、随地和随人
  - ◇ 和成功人士在一起，接受他们的指导
  - ◇ 拓展你的交际圈，建设具备生产力的人脉关系
- **职业化之感恩心态**
  - ◇ 唤回我们曾经失去的记忆
  - ◇ 感恩众生，感恩在下

- ◇ 爱是人类永恒的话题
- **职业化之责任心态**
  - ◇ 责任的人心无任何借口
  - ◇ 责任感、使命感和危机感
  - ◇ 诚而守信，人人敬之
  - ◇ 诚信的内涵：承诺兑现、言行一致、表里如一
- **如何进行职业化心态调整**
  - ◇ 影响圈的调整
  - ◇ 关切圈的调整
  - ◇ 角度：换个角度
  - ◇ 胸怀：博大胸怀
  - ◇ 知足：知足常乐
  - ◇ 感恩：感恩之心
  - ◇ 得失：正确对待得失

## 第二部分 高效能工作方法

### 第一章 职业目标规划（一个清晰而明确的目标）

- 互动分享：来自哈佛大学的调查数据
- ✓ 规划职业目标的价值与作用
- ✓ 设定职业规划目标的六个步骤
- ✓ 设定职业规划目标的四个关键点
- ✓ 如何理清自己的使命与愿景
- 课堂作业：按“SMART”原则写下你的职业目标

### 第二章 工作计划管理（凡事善始善终）

- 互动分享：工作计划管理通常分为几个阶段
- ✓ 管理工作计划的最佳工具与方法
- ✓ 有效进行计划管理的四个阶段

- ✓ 有效实施工作计划的八个步骤
- 课堂作业：请列出本月工作计划

### 第三章 工作时间管理（要事第一）

- 调研分享：一天中被浪费的时间是多少？
- 测评互动：你的工作时间管理水平如何
- ✓ 制定工作时间管理计划的四个步骤
- ✓ 高效管理时间的六大法则和四大方法
- ✓ 高效应对四种情境下的时间管理问题
  - ◇ 情境一：会议的安排
  - ◇ 情境二：电话或微信的处理
  - ◇ 情境三：文件的处理
  - ◇ 情境四：危机的处理
- 课堂作业：请列出并处理本月要完成的工作

### 第四章 情绪压力管理（适度最好）

- 互动分享：应对工作压力的方法有哪些
- ✓ 理性认知工作压力与情绪（正面价值、负面影响）
- ✓ 应对工作压力的三种方法
- ✓ 合理处理情绪的四种方式和三个原则
- ✓ 不同阶段职场人士的情绪压力调整技巧
- 课堂作业：请列出自己最有效的情绪压力处理方法

### 第五章 高效协作沟通（把握自己与洞察他人）

- 测评互动：你是哪一种个性特点（DISC）
- ✓ 不同沟通风格的特点与沟通技巧
- ✓ 把握高效协作沟通的四个区域
- ✓ 同理心沟通的两大步骤与准则
- ✓ 双赢协作沟通的五个谈话技巧
- 课堂作业：与不同个性的上司如何有效沟通

课程总结：与优秀同行，向卓越看齐！