

# 《新员工角色认知与职业素养》

## 【课程目的】

通过职业角色、职业品牌、生涯规划等职业素养的内容学习，帮助新员工从角色转换的角度剖析，订立职业生涯规划，学会如何执行工作任务与团队合作，掌握方法与工具，能够高效地完成任务，成功地迈开职业生涯的第一步。

## 【课程形式】

40%的讲授，10%的学员分享，50%的互动练习；内容实战性强，授课方式新颖、幽默风趣，引导学员经由工作实际出发，能让大家在轻松的学习氛围中，将学习的工具转化为行动。

## 【课程大纲】

### 第一部分 职业角色

- 1、校园人与职业人的区别
- 2、企业需要什么样的人才？
- 3、如何快速适应企业的工作
- 4、职业角色与岗位能力的发展

### 第二部分 职业品牌

- 1、树根——职业道德
  - 1) 爱岗敬业
  - 2) 诚实守信
  - 3) 办事公道
  - 4) 服务客户
  - 5) 奉献社会
- 2、树干——职业精神
  - 1) 当责、敬业
  - 2) 职业学习
  - 3) 行动为王
  - 4) 团队合作
- 3、树叶——职业形象
  - 1) 基本礼仪
  - 2) 沟通礼仪
- 4、果实——职业素养

### 第三部分：职业规划

- 1、为什么要进行职业规划
- 2、何为职业生涯
- 3、职业生涯机会的评估
- 4、职业生涯发展周期
- 5、性格与职业生涯的关系
- 6、兴趣与职业生涯的关系

## 7、能力与职业生涯的关系

### 第四部分 职业沟通

- 1、职业沟通的重要性
  - 2、“三明治”快乐沟通法
    - 1) 微笑的力量 幸福感=效用/欲望
    - 2) 给心灵松绑---宽容
  - 3、沟通互动，彼此之间传递心灵默契
  - 4、同事间人际冲突的解决方案
- 练习：聆听、表达、接纳
- 5、如何进行跨部门沟通、上下级有效沟通

### 第五部分 时间管理

- 1、什么是时间管理
- 2、工作中时间管理的特性
- 3、时间管理的基本原理
- 4、时间管理四象限法则
- 5、时间管理的具体实施

### 第六部分 压力管理

- 1、职业人的压力源探索
- 2、压力与负向情绪的认知
- 3、职业压力管理的技巧
- 4、应对身心压力的职业智慧
- 5、如何规划工作与生活的平衡