

Be Yourself 航海坐标

——认识职场、自己、企业，把握职场慧眼识路航



12年专注于人才培养发展领域
华南师范大学教育学

曾任职世界五百强企业洲际集团（中国）HRM
香港月朗集团（中国）HRM
昌正集团 培训发展经理

国家人力资源管理师（一级）
ACI国际心理咨询师
ACI国际人力资源管理师
国家高级培训师
高级人才测评师
职业生涯规划师

埃里克森学院授权教练
知人善任&知己解彼的 DISC®课程授权讲师
职场幸福学课程授权讲师

【课程背景】



企业之中，90后的员工正日渐成为企业主力盟友。他们成长与经济迅速发展、信息爆炸的时代，他们叫少承受生存压力，面临着社会普世物质追求的影响，同事拥有大量选择，一旦不小心，航轨将偏离，便容易在职业生涯上陷入迷茫，受到诱惑而频繁跳槽，不仅中断自身在职业发展中的积累，也给组织带来不少的要和种种损失。

通过对员工的调研与分析，我们发现出现迷茫的员工往往在自我认知、自我价值、目标方向、行动态度等几个维度出现误区，导致自己在职海航标偏离，职海航标综合几大维度，帮助员工踏上成熟、正向的发展之路，并通过在员工与组织之间设置桥梁，帮助员工在企业这个大舞台上能有更大的发挥为企业创造更大的价值。

【课程收益】

心态：树立对及职业生涯发展主动负责的心态，愿意沉下心积极主动了解自己，接受工作挑

战，踏实累积能力

技能：了解自己的人格特质、核心能力及职业特质偏好，了解企业需求并从中锁定符合自己发展需求的方向及时掌握机会

应用：找到企业需求与自身发展需求的需求动力，主动扩大自己的能力，实现双赢机会

【授课形式】讲授、测评、游戏、情景演练、角色扮演、小组讨论、案例分析、活动快速通道

【培训对象】高潜人才、一线主管、中层管理者、人力资源管理者

【培训目标】在满足公司绩效和目标要求的同时，提升员工的积极性和职业幸福感，实现企业与员工的双赢。

培训后，学员将能够：

- 建立积极、正向的思维模式，以良好心态应对工作挑战；
- 以科学的方法管理时间和目标，高效完成工作任务；
- 掌握与各种风格同事沟通的技巧，建立高效团队；
- 在工作中找到意义，发现核心驱动力。

【培训时间】1天（6小时）

【课程大纲】

第一模块：四维航海 Four-dimensional navigation

Coordinate dimension 坐标维度

- 识别自我目前职海坐标
- 讨论：经典问题回顾，激发思维

- 活动：用四维分析的方法画出正向、反向的情绪对职海的各种影响
- 测试：Skill test

第二模块：海上生存 Survival at sea

Thinking Model 思维模型

- 思维——行动——结果模型
- 讨论：关注圈/影响圈
- 行为产生路径
- 活动：Be Yourself 航海坐标，梳理当前航海坐标（价值观-Values）
- 测试：生存激活（深挖四问）

第三模块：人际关系- interpersonal relationship

Conduct distinction-DISC 行为风格

- 讨论：情绪调试
- 案例：行为风格
- 测试：情感账号

第四模块：航海意义- Maritime significance

Maritime positioning-航海定位

- 互动：目的地兴趣岛（六种目的地）
- 讨论：探索岛屿博物馆
- 测试：行动计划

第五模块：航海规划- Maritime planning

Navigation target -航海目标

- 互动：航海规划图
- 讨论：航海规划预算
- 测试：行动计划