

# 《阳光心态 阳光人生》

## 心态决定命运

主讲：刘颖老师

### 【课程背景】

现在很多员工时常抱怨工作不好做、客户要求多、同事不合作、领导不支持，对工作缺乏热情，整天消极抱怨，责任感不强、执行力不佳，当一天和尚撞一天钟，得过且过，没有长远的目标的计划，忧虑自己的前途。归咎原因，这些现象的出现根源就是员工心态出现了问题。心态决定行为，行为导致结果，结果不好是因为行为出来差错，要改变行为，必须先从改变心态开始。

塑造阳光心态，态度决定命运。树立正确的世界观、人生观、价值观、职业观，实现快乐工作、幸福生活的人生目标！

### 【课程收益】

- 了解心态对人的影响
- 掌握心态影响人的能力，能力影响人的命运
- 掌握如何调整心态

【课程特色】 实用性强，互动性强、现场答疑、学之能用

【课程对象】 销售、财务、人力、后援等各部门的入职新员工及基层管理人员

【课程时间】 3 小时

### 【课程大纲】

#### 一、心态影响什么？

- 1、心态影响能力
- 2、心态影响生理

案例：过桥实验、死囚试验、

#### 二、如何调整心态？

- 1、学会享受过程
- 2、活在当下
- 3、把握自己
- 4、学会感恩
- 5、天堂、地狱由心造
- 6、要学会弯曲

案例：名人名句、塞翁失马的故事、女士跳海的故事、吃草莓的故事、牛奶姑娘的故事、日本武士的故事、天堂和地狱的故事

呈现方式：学员上台谈感受

#### 三、如何开悟呢？

- 1、开悟的意义
  - 2、开悟的四个步骤
- 发现生活的美好
  - 宽容过去
  - 不消极
  - 服务他人