

职业生涯规划与发展

——朱增瑞老师职业素质素养课程

课程背景：

为什么总是感觉对自己的未来毫无概念呢？

为什么换了一家又一家企业感觉还是老样子？

为什么实施了大量的改进计划，却不见能力高效提升呢？

为什么感觉自己学历、经验都够了，却难以升职或者加薪呢？

-----这主要的原因是企业员工缺失职业规划能力造成的。

随着改革开放后市场化的加快，人才由固定变为流动，个人开始尝到了职场竞争的压力。这时候，职业生涯规划提上了日程，得到了人们前所未有的关注。

那么，如何发挥自己的优势？如何提升核心竞争力？成为了职场中人想的最多的事情。分析自身的因素、分析环境的因素、根据内外因分析得出的职业定位、以及如何执行规划好的路线，这些都要有一个充分的了解，最终实现企业与个人的双赢。

培训收益：

- 如何认知自我在企业里的长期发展与成长；
- 确立人生的方向，提供奋斗的策略；
- 突破生活的格线，塑造清新充实的自我；
- 准确评价个人特点和强项，准确定位潜能方向；

- 评估个人目标和现状的差距；
- 认识自身的价值并使其增值，增强职业竞争力；
- 人生轨迹的确立，发现自己新的改善空间；
- 反思自己建立成长循环系统；
- 提高工作满意度，使事业成功最大化。

课程时间：1天/6小时

课程对象：全员

课程人数：30-40人

培训形式：理论讲授、案例研讨、实战演练、经验分享、问题答疑

课程内容：

一、职业生涯规划概述

1、为什么要做职业生涯规划

A，人生方向与导航

B，三大心态对职业规划的影响

2、职业生规划的认识

A，人生在于规划与选择

B，职业发展与自我管理

C，职业生规划的要三要素

D，职业生规划的依据是什么

3、职业生涯规划的重要性

- A，当代职业人到底靠什么竞争
- B，职业人与企业的“物竞天择”法则
- C，职业人的职业素养培育模型

4，把目标落在实处

- A，如何进行职业目标定位
- B，重新认知自我在企业里的价值
- C，个人目标与企业目标的冲突
- D，个人目标与企业目标的一致性

二、自我成长，职业发展的保障

1、如何认识自我

- A，工作性格的分析
- B，职业锚的确立

2、自我品牌的确立

- A，个人品牌以及要素
- B，寻找自我性格短板
- C，如何融入团队提升潜力

3，职业化的全面认知

- A，职业化的深刻认知
- B，职业化的评价依据
- C，职业化修炼的方法
- D，职业人的四种形态

三、突破思维定式，轻松驾驭职业发展

1、自我评估—确立成长策略

A，自我提升的十个问题

B，个人 SWOT 分析

C，明确个人成长方向

2、三级协作—保障职业发展

A，向上管理

a，如何让你的上司赏识你

b，与上级配合的七个习惯

B，平级管理

a，人际关系搭建的障碍分析

b，与人交往的原则

C，向下管理

a，换位思考

b，情感的链接

3、目标管理—有效的遏制问题产生

A，目标从何而来

B，制定目标的方法与流程

C，目标分解的流程与注意

D，现实与理想差距的驾驭

4、人生的基本规律与各阶段规划

A，求学——开启人生

B，而立——标准人生

C，不惑——推进人生

D，知天命——控制人生

E，耳顺——认识人生

F，从心所欲——享受人生