

---

## 阳光心态（1天）

### 【课程背景】

在企业管理中，经常会出现这样的现象：员工对工作缺乏热情和动力，消极应对，推诿扯皮，无效沟通，整天抱怨，责任心与执行力低下，导致做一天和尚撞一天钟，得过且过，这也为管理人员的管理工作增一定的难度。这些现象存在的根本原因，就是员工的心态出了问题，执行找不到方法与工具，对目标认知不明确，对组织目标与个人目标不能有机结合。如何改变员工心态，使其掌握必备的管理理念、方法、模式与工具，重新回归积极、阳光心态，爱岗敬业，已迫在眉睫。

### 【课程收益】

- ◆改变学员消极负面的情绪，用健康快乐、积极阳光的工作心态来面对客户与同事；
- ◆转变工作观念，工作是为自己做，不抱怨，不埋怨，拒绝借口；
- ◆学会发现生活的美，接受自己、别人、现实
- ◆帮助员工提高职场中的工作效率、面对压力能够从容应对，控制好情绪，顺畅自己的职业生涯，在本质岗位能够兢兢业业、爱岗敬业地工作，享受精彩职场生活。

【课程形式】 授课+案例分享+视频+游戏+研讨等。

### 【课程大纲】

#### 第一单元 职业素养与职业选手的角色定位

##### 一、职业化及职业素养

---

## 1、职业化素养的内涵与作用

## 2、职业素养的“冰山”理论——“隐性”素养与“显性”素养。

案例：“我是如何搞垮巴林银行的”。

## 3、思考：人的一辈子到底在追求什么？——钱、身、性、情、空。

人生要么自己设计，要么被别人设计——《“奶头乐”战略》

结论：职业素养助你达成所求，早日实现人生自由。

## 4、什么是职业人：人分四类：活着的四人；活着的人；老板；职业人。

## 5、思路比出路更重要：工作是撞钟还是使命？

为别人打工，还是为事业拼搏？

走到哪里算哪里？还是做好职业规划？

做事强调理由？还是用结果说话？

选择积极心态？还是消极等待？。。。。

## 第二单元 七种阳光职业心态

### 一、从消极被动到积极主动、心怀使命的状态来工作

#### 1、心态的两种类型：积极心态与消极心态

故事：东坡坐禅；死囚试验。

##### (1)、什么是消极心态？

心理学上的宿命论可分为三类：遗传决定论、心理决定论、环境决定论。

##### (2)、什么是积极心态？

人类的四种积极天赋：想象力、自我意识、良知和独立意识。

##### (3)、消极和积极是选择的结果：刺激和反应之间有选择的自由。

#### 2、关注圈与影响圈

---

积极主动者关注的焦点：影响圈；消极被动者关注的焦点：关注圈。

## 二、从理所应当到商业交换，从商业交换到感恩心态

商业合作就是信托责任与契约精神，平台不容易，珍惜平台很重要。

- 1、创始人：我有一个梦想
- 2、自我定位：我是谁？我应当是谁？（互动）
- 3、信托责任：工作来自于雇主的层层托付与无限信任
- 4、契约精神：对公司及自己百分百负责：按原则去做事、结果去交换

## 三、新年伊始，从强调理由到强调结果导向，到高效执行。

### 1、什么是结果导向？

结果黄金三要素：——有时间、有价值、可考核。

### 2、什么是任务及“积极废人”

俗称“三事”执行力：完成差事、例行公事、应付了事。

无价值的东西：应付工作是任务，提供价值是结果。

### 3、提升执行力“四步曲”

- 从过程导向到结果导向：挖坑到挖井
- 从给问答题到给选择题：买麦克
- 从底线思维到外包思维：树立危机感
- 从个人主义到团队协作：视频：狼的团队协作精神

## 四、从“领导推一推就动一动，不就不动”到更加爱岗敬业

### 1、对职业无限的热爱：中西方对敬业精神的理解与案例

---

## 2、对的高度认同——圈内人思想

敬业的前提：别当圈外人。

人有三条命：自然生命、职业生命、使命。你有几条命？

游戏：以终为始。

## 五、从为老板打工，到规划自己的职业生涯、带领团队共赢的转变与提升

### 1、人生发展与职业生涯的关系

### 2、旅游与职业生涯

### 3、职业生涯成功秘密：内职业生涯与外职业生涯

你在自己的岗位上成功吗？经典职位精进分享——“九段”高层管理人员

### 4、内职业生涯与外职业生涯的关系

## 六、快乐工作心态-先付出、后索取（故事：小李的报复）；

### 1、努力和收入是有时差的；

### 2、热爱挫折:世上唯一的失败就是选择放弃。

### 3、从心理学角度，到底是什么偷走我们的快乐？

生命是一场英雄之旅，英雄之旅的自我探索：两个世界、三幕剧、十二个台阶。

## 七、不断自我更新与学习的心态

### 1、21世纪职场竞争的内涵：人才经济时代

### 2、自我更新与学习的意义

### 3、更新的四个方面：身体层面、精神层面、智力层面、社会/情感层面。

---

#### 4、自我超越：只有学到老，才能活到老

未来惟一持久的优势是，比你的竞争对手学习得更快。