

# 发现完美自我——自我管理训练营

**课程时长：**2-4天

**适合对象：**店员、导购、促销员、业务员、服务员等一线员工

**课程收益：**

对员工素质的培养和技能的打造自然非常重要，而首先，唯有心态积极、心存感恩、忠诚度高的员工才有可能全身心投入到公司的事业中，同时，执行力是一切的基础，也是将员工才能充分发挥的保证。

因此，本次培训方案侧重于以“自我管理”为出发点，从心态打造、执行力训练和团队建设几个角度对员工进行集中训练，利用2-4天的封闭培训，力求让员工从态度上与公司拧成一股绳，毫无保留地付出，坚决精准地执行，成为公司发展的关键力量。

**课程大纲：**

## **第一部分——心态打造篇**

### **第一章：职业生涯规划与自我激励**

- 1、如何“越老越值钱”——正确对待职业生涯
- 2、轻松职场，快乐工作——如何进行自我激励
- 3、找到你的发动机，让自己飞起来

### **第二章：五种心态“干革命”**

- 1、积极心态——不消极、不抱怨，让阳光照耀困难
- 2、空杯心态——你是否经常用自己的经验去评判公司决策的好坏，从而影响执行心态和质量？
- 3、感恩心态——认清你真正的“客户”，知恩图报

- 4、宽容心态——宽容是给自己的“救心丸”
- 5、老板心态——你做的是一份“工作”还是一份“事业”？

### **第三章：高效能的时间管理**

- 1、做好时间管理，是实现人生目标的保证
- 2、为什么你的时间总是不够用？
- 3、以人生规划为出发点的时间管理法

## **第二部分——执行训练篇**

### **第一章：执行就是一切**

- 1、我是谁？——认清自己，执行是本分、是义务
- 2、革除执行陋习：无条件执行与习惯性正确。你应该有的执行态度：忠诚就是坚决执行，知行合一，坚持到底！
- 3、完美执行的五大标准，如何做到完美执行

### **第二章：高效沟通技巧**

- 1、为什么沟通不畅——沟通渠道、沟通编码与解码
- 2、沟通能力提升——学会听和说，学会用心去沟通
- 3、职场沟通新理念

### **第三章：团队是一切成功的前提**

- 1、团队建设拓展——凝聚力训练
- 2、为什么需要团队合作——你不是一个人在战斗！
- 3、优秀团队的要求——拧成一股绳
- 4、高效团队沟通与合作