

卓越职业人思维

【课程背景】

大学生在校园内以求学为主，学业上依赖老师，生活上依赖父母，心理上依赖校园。尤其是 95 后大学生进入职场，需要从被动转为主动，角色的变化需要他们清晰对工作的认知，提升人际交往的能力，增强职场抗压性。同时，能有意识的培养自己全方位的能力，不仅关注职场素养，专业能力，也要有踏实肯干的心态。仰望星空，更要脚踏实地。

本课程针对“校园人”到“职业人”，在心理上和能力上的不同，为大学生入职场做好改变的准备，更快融入企业及社会，满足岗位要求，真正为企业创造价值，成为卓越的职业人。

【课程收益】

- 1、让学员有积极的职业意识，激发职业动力，建立职业目标感
- 2、加强学员对个人品牌的理解，培养长期职业理念
- 3、提升学员抗压性和逆商，在职场环境下，有效自我激励
- 4、帮助学员明确工作方向目标，提升工作效率和长期效能
- 5、帮助学员提升沟通能力，更好地表达和团队协作

【课程对象】

企业基层员工

【课程时长】

半天（3 小时）

【课程形式】

课堂讲授+情境演练+视频观看+小组活动

【课程大纲】

第一部分：心法篇

■ 第一模块：职业素养之职业意识和动力

- 学校和职场的区别
 - ◇ 从被动到主动
 - ◇ 从自我到团队
 - ◇ 从二元到多元
 - ◇ 从自由到规范
 - ◇ 从单盈到双赢
 - ◇ 从迷茫到目标
- 建立正确的职业意识
- 生涯中的锚 – 目标
 - ◇ 互动绘画游戏：十年后的自己
 - ◇ 先提升自己的能力，再提需求
- 员工如何看待企业平台的价值
 - ◇ 观全局
 - ◇ 看长远
 - ◇ 先调查，再要求
- 做持续成长的员工

- ◇ 多问，多听，多做
- ◇ 仰望星空，脚踏实地
- ◇ 成长 = 做事+复盘
- ◇ 保持谦逊的态度

■ 第二模块：职业素养之积极思维模式

- 多个互动游戏：觉察自己固化的思维模式
- ABC 归因解读：心态决定行为和结果
- 智商、情商和逆商的关系
- 树立积极的心态，正向思考
- 小组讨论以下情况：
 - ◇ 面对失败，怎么做？
 - ◇ 面对批评，怎么做？
 - ◇ 面对看不惯的事，怎么做？
 - ◇ 别人不认可我，怎么做？
- 关注目标，避免情绪化

第二部分：技法篇

■ 职业素养之职场个人品牌

- 品牌对个人和企业的价值
 - 职场信任的四个层次：职业，专业，关系，利益
- 思考：你希望别人给你贴上怎样的标签？
企业和岗位需要什么样的人才？

■ 职业素养之高效率完成工作

- 效率和效能的关系
- 效率中的条理和自律
- 高效工作的好习惯
 - ◇ 工作前有效规划
 - ◇ 工作中有效沟通
 - ◇ 工作后有效跟进
- 个人管理的步骤
 - ◇ 设定明确的目标
 - ◇ 合理计划日程
 - ◇ 要事第一
 - ◇ 实践自律
 - ◇ 组织管理

■ 职业素养之职场沟通表达

- 沟通的个人障碍
- 让别人赢，自己才能赢，肯吃亏
- 案例：想老板之所想

- 职场倾听的力量：赢得尊重
 - ◇ 倾听的误区和礼仪
 - ◇ 共情式倾听的技巧
 - ◇ 思考对方的意图是什么？
- 提问的技巧：好问题就是答案
 - ◇ 提问的技巧
 - ◇ 提问的时机
- 逻辑表达讲理，情商表达煽情
 - ◇ 左脑逻辑，三种表达结构
 - ◇ 右脑煽情，三种沟通技巧
- 360度职场沟通
 - ◇ 本色做人，角色做事
 - ◇ 向上沟通，注意倾听
 - ◇ 平级沟通，换位思考
 - ◇ 对客沟通，服务思维