

# 你对工作的态度，决定了你职业发展的深度

## ——职业人的积极心态塑造

### 主讲 曹燕欣

#### 前言：

为什么职场上消极怠工的人远大于敬业爱岗的人，为什么认为工作可以给自己带来成就感的人远远低于认为工作毫无意义的人。工作，作为成年人的立身之本，作为成就人生价值的主要方式，为什么越来越让人疲惫烦恼？

本课程将针对当下职场环境中的消极情绪，结合专业内容，市场发展前景，为学员梳理积极应对工作的思路，帮助学员建立对工作的热情，掌握提升工作成就感的方法。

**学员对象：**认为自己缺少职业发展动力的职业人

**课程时长：**6小时

#### 课程目标：

- 深入分析当下职场环境，帮助学员拨开职业发展中的重重迷雾
- 深入认知职业发展的特点与条件，掌握职业发展的关键技巧与能力
- 学习如何建立积极的心理模式，从内在进行改变与突破
- 学习提升工作效率的方式方法，降低工作中的阻力与不利因素
- 掌握积极乐观工作的关键技巧，提升工作的效率及职业目标达成的概率

#### 课程纲要：

##### 第一单元：为什么当下很多人工作的状态都不积极——当下社会环境及未来趋势分析

- 1：中国市场经济发展三十年状态分析——高高低低其实正常
- 2：未来是没有机会还是充满机会——机会不是等出来的，是干出来的
  - 不是没有机会，而是敢于行动
- 3：当下社会环境中的不良因素——无时无刻不被干扰的一代人
  - 媒体对人的塑造
- 4：拨开迷雾，照见自己——放下东张西望，专注于自己
  - 自我现状分析（家庭实力、个人实力、现实状况、未来储备、应对危机能力）
  - 躺平需要条件，奋斗才是多数人的大人生

##### 第二单元：我们为什么工作——不是工作需要你，而是你更需要工作

- 1：当下职业人对工作的错误认知——给别人干的，给领导干的，给老板干的
  - 打工人与韭菜论的思维陷阱

——更多职场上的消极认知

2：任何时代，都需要工作——工作的意义并不是挣钱那么简单

——马斯洛需求理论分析（安全感的新解读）

——工作的真正意义是人与社会的互动，是人生价值与影响力的塑造

——案例（分析）

### 第三单元：拨开迷雾，梳理干扰工作态度的不良因素——认知正确，行为才有意义

1：影响我们积极工作的因素分析——工作因素、人际关系、自身能力、专业与行业、外部环境

2：职场积极心态梳理——正确的认知职业目标达成的过程

——先就业、再择业，还是先择业再就业

——兴趣与理想，专业与职业，是不是只能二选一

——如何看待薪水

——职业目标的达成从来不是一步到位的

——先苦后甜新解读

### 第四单元：排除干扰，树立目标，坚定前行——正确认知工作，明确职业方向，有方向才有持久的动力

1：正确认知你和企业的关系——不是单向的霸占，而互相合作，互相成全

——不要小看平台对你的作用

——学会合作，学会与企业共成长，学会借力，学会共赢

2：职业发展目标一定要有——有目标你才不会迷茫，你才不会遇到问题就想跑，你才不会绕远路

——有了目标，你才有了职业发展的掌控权

——个人目标、企业目标、国家使命是可以共生的

——制定目标的具体方法

——让自己成为价值型员工，而不是任务型员工

### 第五单元：心态决定行为，行为决定能力，能力决定职业发展的长度——积极心态是可以培养的

1、主动积极心态与被动消极心态的识别——你是主动积极还是被动消极型

——我主导一切和环境主导我，两种模式两种人生

2：职业人主动积极心态的塑造——发现工作的乐趣

——所有职场上的精英都对自己的工作充满了热情

——提升你的责任意识

——尊重你的工作，尊重你自己的选择，尊重你自己的人生

——理性看待职场上存在的各种问题（包括隐性规则）

3：乐观积极心态的障碍——过度的自我认知的和对社会运行规律的不理解

- 孤芳自赏与怀才不遇
- 极度自卑与讨好一切
- 对职场的不切实际期待
- 对他人的过度要求
- 单一角度看问题
- 水至清则无鱼，没有任何一个社会是只有阳光没有阴暗的

4：职业目标实现的前提是融入职场——成为职业人的必备认知

- 能力意识、商业意识、团队意识、尊重规则与制度

5：掌握快乐工作高效工作的技巧——管理目标，管理心态，管理时间、管理行为、管理情绪

6：职场快乐工作的关键要素——良好的人际关系是职业发展的最大助力

- 职场上的人际关系模型与人际相处原则
- 多维度看问题，强者心态
- 理性务实的思维方式
- 不要寻找标准答案，而是学会借鉴与参考，要灵活面对所有一切

7：职业发展的三角理论——能力、业力、愿力观点的思考

- 破除业力障碍的就是主动积极的思维模式

**本课程为燕欣老师原创课程，有独家版权，请勿抄袭**