

《铁军团队九板斧特训营》

企业铁军团队【重塑责任心 提升高效率 打造凝聚力】职场技能提升王牌团训课程

主讲：孟华林老师

【课程背景】

——想要练就真正的打造铁军团队，就从这节课开始！

困惑1【总找借口】目标总是打折扣，借口多、抱怨多、执行差，不敢担当……

困惑2【不敢担责】团队讲的多、做的少，奖罚不分明，只能奖、罚不下去……

困惑3【躺平懒散】都安于现状，不爱学习、不愿改变，拖公司与老板后腿……

困惑4【效率低下】不懂如何定目标做计划，难以沟通不懂反馈……

困惑5【勾心斗角】部门墙严重，各做各的事，没有形成利益共同体，心不在一起。

困惑6【传播负能量】不懂情绪压力管理总是情绪化，不注意自己的形象精神面貌……

…

困惑7【彼此猜忌】员工老板之间彼此猜疑，部门相互拆台、互不信任……

困惑8【没有忠诚度】心里眼里只有利益不懂得感恩拿辞职威胁拿多少钱干多少事……

…

困惑9【铺张浪费】团队无主人翁精神、铺张浪费，从来不懂得为公司着想……

【课程收益】

蜕变后【勇于担当】：团队瞬间找回激情和战斗力，对结果负责、不再找借口……

蜕变后【敢于担责】主动担当，自动补位，每个人都奋斗想当冠军……

蜕变后【干劲十足】勇于挑战，团队彻底激发狼性，迎难而上，从而引爆绩效……

蜕变后【快速行动】知道为何干如何干，有目标有计划，懂沟通善反馈……

蜕变后【同心同德】懂创新能协作心往一处想劲往一处使，人人有盼头都盼公司兴旺！

蜕变后【职业化团队】从内在懂的情绪压力管理，从外在懂的职业形象如何打造……

蜕变后【互信互爱】全员价值观统一立场统一，从此上下同欲、同事间彼此信任……

蜕变后【感恩公司老板】相互理解包容敬畏理解公司不易，有情有爱的虎狼之师……

蜕变后【自动自发】把公司当自己的家，自动自发节约成本，处处开源节流……

【课程特色】

工作坊式的全程研讨，有趣、有料、实战、实用、训练、实操

孟华林老师的培训绝非侃侃而谈的经验之说而是有系统方法论支撑，课程采用训战一体，透过体验式让学员自我觉察，销售场景视频持续内化，话术工具策略讲解完全落地，实战销售问题现场答疑嗨爆全场，同时孟老师也号称培训界的段子手，金句频出让学员听得有味、听得有料、听得更有劲、笑声不断，在快乐中学习，在互动中成长！

【课程对象】

建议企业兵、将、帅全员共同参与学习；也可以纯新人入职培训。

【课程时间】

1天或2天1夜（6小时/天）

【课程大纲】

前言：人间正道是沧桑，职场人生的三大门槛【生死期】-【黑暗期】-【迷茫期】，如何修炼职场人的心力、脑力、体力，态度、行为、技巧，避免沦为职场乞丐，商业战场危机四伏，呼吁重述责任心绝不躺平，对自己负责、对岗位负责！巧用九板斧砍掉职场坏毛病！

课程篇：

缩减版课程现场视频：

第一板斧：【角色认知课】

【本章重点：解决团队中无论是执行层还是管理层自我角色认知不清晰的问题】

- 1、你是谁？你想成为谁？你为此做了什么？
- 2、员工拿结果的方式与管理层拿结果的方式
- 3、职场人士的既要、还要、又要思维。
- 4、高效职场人的如何有计划有目标有流程的把事做好，有责任有意愿有能力的把人做好

5、工具导入：职场人对内呈上、平行管理、对外客户的角色自查表。

第二板斧：【目标管理课】

【本章重点：学会正确地制定目标激发自己的深层动力】

- 1、成功的定义：实现了所设定的目标
- 2、不合理设定目标的三种弊端
- 3、工具导入：目标设定三把边界刀：意义目标、成果目标、行动目标
- 4、如何设定意义目标确保自己动力十足
- 5、如何设定成果目标确保自己有节奏能达成
- 6、如何拆解行动目标确保自己找到执行目标的着力点
- 7、团队共创目标清单：设定接下来 100 天的意义目标、成功目标、行动目标

第三板斧：【有效沟通课】

【本章重点：如何有效的听高效的问顺畅的表达，有效解决沟通前有僵局沟通后没结果】

- 1、逆境沟通情景再现互动研讨：如何处理同事说“这是你的事，关我什么事，我每天这么忙，天天就给我找事，烦死了，你们是不是就针对我呀！”
- 2、沟通理论四象限：我好你不好、我不好你好、我不好你不好、我好你好。
- 3、顶级沟通思维：TA 沟通分析 PAC 自我状态结构理论应用
- 4、互动研讨：同事总是迟到如何沟通/同事总是不配合如何沟通/客户总是刁难我怎么沟通
- 5、有效回应避免以自我为中心的造成僵局的 P 控制威胁、C 委曲求全的 I 型沟通模式
- 6、如何升级心理年龄并以对方/客户为中心的 A 型协商推进 U 型沟通模式
- 7、工具：如何使用黑色的想象清单化解沟通冲突，采用关系耳朵有效说服。
- 8、案例研讨：张三得不到领导的信任是为什么？研讨结果：事前事中事后反馈三原则
- 9、案例研讨：李经理团队人员离职的原因？研讨结果：如何有效的表扬员工与批评员工

第四板斧：【团队协作课】

【本章重点：如何打破团队协同部门墙，撕掉坏标签增强团队凝聚力】

- 1、游戏体验：团队协作“口”字游戏，体验感悟：目标一致就是合作只是分工不同
- 2、意识不到团队合作的三大原因：强弱思维、对错思维、零和博弈
- 3、游戏体验：我们是最棒的团队，体验感悟：从我到我们的观念转变
- 4、团队协作失败的两大病因：责任真空：有人就=没人；角色重叠：每个人=没有人
- 5、互动研讨：什么样的人最难相处，根本没办法合作？研讨结果：贴标签解决不了问题
- 6、贴标签的三种形式：自己给人贴标签、自己被人贴标签、自己给自己贴标签
- 7、撕掉标签四大步骤：列标签清单、奇迹提问法、具体描述法、例外观察法

第五板斧：【时间效率课】

【本章重点：如何避免陷入忙盲茫、提升职场高效率，让团队人人有效率天天有效益】

- 1、高效人士的四大时间管理思维：清单思维、计划思维、减法思维、授权思维
- 2、如何利用有限的时间工具包：土豆工作法、青蛙工作法、番茄工作法
- 3、土豆工作法：列出清单解放大脑，手机 APP 清单类应用软件使用技巧
- 4、青蛙工作法：2/8 定律重要紧急四象限优先级工具的日常工作场景应用
- 5、番茄工作法：有效的番茄工作法八步骤在日常工作场景应用
- 6、现场研讨：如何变出更多的时间，研讨结果：工具包授权分配借力工作法
- 7、工具表：有效借力授权分配五大借力任务表。
- 8、授权借力失败的原因：他的不配合我因为我的配合

第六板斧：【情绪压力课】

【本章重点：走出越想做好越糟糕的压力焦虑怪圈，揭开情绪真相让负面情绪为我所用……】

- 1、互动游戏：别去想一直红色的大象 游戏体会：关注即强化
- 2、案发现场视频观察：同事茫茫焦虑满满情绪化的一天
- 3、如何破解焦虑情绪三部曲：重新定向理论，最坏结果备胎、悖论干预理论
- 4、案发现场视频观察：焦虑背后的情绪波动害了谁？
- 5、化解压力情绪四部曲：识别情绪、他在告诉我什么、跟情绪的对话、接纳与表达感受
- 6、正确的压力管理：低刺激区、最佳刺激区、高刺激区的调整理论

第七板斧：【职场关系课】

【本章重点：如何有效从上而下的职级管理，从下而上的向上管理能力，平级相处不甩锅】

- 1、互动研讨：“到底是我为老板打工还是老板为我打工，我跟老板到底是什么关系”
- 2、从上而下权利丢失的三大陷阱：语言陷阱、行为陷阱、心理陷阱
- 3、如何管理好手中的权利：看到权利、表达权利、执行权利
- 4、向上管理出问题是因为你太“自恋了”，请理解你的老板！
- 5、向上管理三部曲：正确的说出我的需求，反复询问上级的需求，争取双赢的解决方案
- 6、平级管理同事关系总容易陷入“那个人”困境，一个人的问题=整个团队的问题
- 7、拒绝成为背锅侠，团队砸锅行动三部曲：找到甩锅的证据，认领自己的锅，砸锅行动

第八板斧：【职业形象课】

【本章重点：提升团队形象礼仪，有效维护企业的形象，打造职业化着装形象】

- 1、工具：女士仪容自查表
- 2、工具：女士裙装自查表
- 3、工具：女士衣装自查表
- 4、工具：男士仪容自查表
- 5、工具：男士衬衫、袖口、领带、西服、皮鞋、袜子、裤子着装搭配自查表
- 6、工具：饰品搭配自查表
- 7、接待礼仪、办公室礼仪注意事项

第九板斧：【职业心态课】

【本章重点：如何根除团队九大职业弊病，建立自我调整的职业化心态理念】

- 1、根除职场态度病，建立【成功是因为态度】的铁军团队文化

- 2、根除自以为是病，建立【我是我认为的我】的铁军团队文化
- 3、根除推卸责任病，建立【我是一切的根源】的铁军团队文化
- 4、根除躺平摆烂病，建立【不是不可能，只是暂时没有找到方法】的铁军团队文化
- 5、根除拖延被动症，建立【山不过来我就过去】的铁军团队文化
- 6、根除假装很努力，建立【决心决定成功】的铁军团队文化
- 7、根除抱怨牢骚病，建立【天助自助者】的铁军团队文化
- 8、根除差不多敷衍病，建立【每天进步一点点】的铁军团队文化
- 9、根除情绪波动病，建立【太棒了，一切都是最好的安排】的铁军团队文化。

训战篇：（备注：两天一夜有以下团队训练内容）

项目一：铁军团队九板斧训练项目《领袖风采》

训练现场花絮视频：

项目简介：以整个团队或小组竞赛形式来进行报数，领袖负责建设团队，所有队员参与报数，在报数的过程中不能出现误报、错报、漏报、抢报。项目强调责任和团队中每一个人的重要性，团队中的每一个人是很小的单元，但每个人所犯的错误却能导致团队的整体失败，并由领袖承担责任。

往期学员感悟：

学员心得体会一：每个队的领导都是最棒的。可是，现实生活中，我们又有谁，为我们犯下的错，承担过责任呢？通过这次培训，我知道我以后的方向，我应该为我以后所做的事，勇于承担责任，不推卸，不找借口

学员心得体会二：现实中的每位老板，可能都面对着同样的抉择，现实中不是做做俯卧撑就能完事的，有可能面临的是被排挤出局、甚至是倾家荡产。现实是实实在在的、是残酷的，可又有谁能体会到作为一个老板在风光的背后付出了多少呢

学员心得体会三：每次我们都觉得自己做已经够好了，可是最后发现还有很多地方还可以改善，就因为这些没做好的地方给公司带来损失，可是老板呢，明知道损失很大，还要在大家面前微笑着鼓励大家这次做的很好，下次还要继续努力。如果我们爱这个公司、我们努力工作了，能不能再做的好一点呢，把能做好的地方做得更好呢？

学员心得体会四：通过这次活动，我深刻体会到了集体团结协作的力量，在工作中每个岗位都是非常重要的，所以在工作中要不折不扣认真完成。工作中任何事情都要敢于承担，要有担当，而且努力完成上级的指令，无条件的服从领导安排的工作。

学员心得体会五：从个人能力提升、个人素质提高到团队意识、团队协作，每次的训前铺垫都恰到好处，给队员营造很贴切的想象空间，通过亲身体会让队员从中领悟到培训的目的和现实中我们能做的、我们正在做的、我们应该做的都是什么，让自己身临其境从中得到答案，从而让自己去分清是与非、错与对，最终队员们都各自发表意见和体会，从以后的生活和工作中找到目标，为了团队的理想和目标去努力去奋斗，永不后悔。

学员心得体会六：要学会换位思考，要学会体会领导对自己的付出，不能只看到他们光鲜的一面，要有集体荣辱感。在竞争中稍有不慎，领袖和团队将接受残酷的惩罚，你承担多少也将得到多少，勇于承担是领袖风采华丽的展示。在团队中，每个人都应该学会为自己的事情承担责任。在严以律己的要求下，通过共同合作，才能更好的解决现实中的困难。每一个领导光鲜的背后都有一些不为人知的艰辛，都在为自己的员工承受这样或那样的责任，所以要学会感恩！

项目项目二：铁军团队裸心会

项目简介：裸心会是阿里在内部创新的一个工具，阿里主张“赤诚相见”，大家要打开自己的内心，讲讲自己是如何成长起来的，讲个人的过去和童年，在相互的倾听和

交流中，你了解别人的故事，真正认识别人，别人也因此而了解你。阿里认为裸心会是团队建立信任非常重要的一个方式，裸心会和乔哈里窗理论相通，该理论认为真正有效的沟通，只能在开放区进行，在这一区域内，双方了解彼此，沟通的信息可以共享，沟通的效果才能令人满意。因此，在职场中，要尽可能扩大开放区，缩小盲目区、未知区和隐藏区。裸心会的逻辑正是如此，扩大开放区，将心里最真实的东西拿出来在团队里做互动和流动。打开自己后，大家才能够相互包容和接纳。团队只有充分信任，在起时才能团结一致。裸心会是以真诚为核心，信息的交换和互相的加特，以赋予对方力量为前提，不是催泪会，更不能是批斗会，是共识共创的开放坦诚沟通，也是相互检视的真心话大冒险，更是彼此内心最深处灵

魂的触碰。

步骤一：自我舒适度

找到自己最舒适的方式围坐一起

步骤二：破冰小游戏

阳光心情，融化冰川，给你的伙伴一个温暖的拥抱

步骤三：打开自我，裸心分享

自我介绍：姓名的由来，星座，爱好..

部门介绍：你在部门的岗位和角色，你在部门的感受..

人生九百月：划掉已经走过的岁月，并寻找出曾经最重要几件事情，写完后，彼此分享

步骤四：反思

通过刚才活动，你又认识了多少伙伴？哪些伙伴刷新了你过往的印象？你的收获是什么？

结营：感悟分享与合影留念