

《成长型思维—拒绝玻璃心》

主讲：周隽峰老师

【课程背景】

成长型思维起源于美国斯坦福大学心理学教授卡罗尔·德韦克团队的研究成果。卡罗尔教授在《终身成长--重新定义成功的思维模式》一书中提到：成长型思维又名成长心态、成长型心理定向，是“性格品质力”家族中最重要的一员。

思维模式分两种：固定型思维模式和成长型思维模式。固定型思维（fixed mindset）认为智力和能力是一成不变的。成长型思维（growth mindset）相信智力和能力是可改变、可培养的，相信通过努力学习、坚持不懈、良好的策略和他人的指导，可以提高自身的禀赋和能力。拥有成长型思维的人习惯于寻求他人的帮助，抗挫折能力强，做事不易放弃，不喜欢给自己贴标签，会不断地学习新知识、发展自我，愿意应对更多挑战。成长型思维是人积极发展的内部动力，对教育具有巨大意义。

【课程收益】

当本次培训结束时，学员能够

- 了解自己：利用测验了解自己的思维类型
- 什么是成长型思维？会给我带来哪些帮助？
- 3种场景练习思维升级：遇到否定/挑战/失败的时候，我该如何做？

【课程对象】

各层级管理者、高潜员工、项目负责人等

【课程时间】

1天（6小时/天）

【课程大纲】

导入

案例：一份历经30年的研究成果

固定型思维与成长型思维

归因理论模型

第一讲：两种思维模式

- 1.思维模式测评
- 2.先天基因与后天环境对成功的影响
- 3.两种思维模式对工作态度和绩效的影响
- 4.自我审视优势和不足
- 5.两种思维模式对比

第二讲：脑科学与思维模式

- 1.脑电波显示你所关注的
- 2.数学大脑的神话
- 3.大脑可塑性研究
- 4.认识你的大脑
- 5.犯错促进大脑的生长

第三讲：思维模式与意义

- 1.成功的意义是学习的结果还是智力的证明
- 2.CEO综合症
- 3.选择标准的导致的差别
- 4.思维模式改变了失败的意义

第四讲：体育冠军的思维模式

- 1.天赋与天才
- 2.秉性、决心、意志与冠军思维
- 3.成功与失败

第五讲：商业中的思维模式与领导力

一、人才至上的思维模式

二、成长型企业

三、思维模式与管理决策

四、固定型思维领导者的行为

- 1.艾柯卡：我是英雄
- 2.邓拉普：我是超级巨星
- 3.两个天才的碰撞

五、成长型思维模式领导者的行为

- 1.韦尔奇：倾听、信任与培养
- 2.郭士纳：摒弃固定型思维模式
- 3.穆尔卡西：倾听、坚韧、恻隐之心

六、群体思维和团队讨论

第六讲：改变思维模式

一、变化的天性

二、可执行的计划与不可执行的计划

三、通往成长型思维的四步训练

- 1.第一步接受
- 2.第二步观察
- 3.第三步命名
- 4.第四步教育

四、思维模式研讨交流会