

《做好职业规划——实现个人与企业共同成长》

主讲：陈海艇

【课程背景】

- 为什么员工的成长总是跟不上企业的发展速度？
- 为什么员工的表现常常不尽人意：缺乏目标，工作散漫，效率低，忠诚度差？
- 如何做才能使企业和员工的事业共同发展，并获得成功呢？
- 如何才能唤醒员工的职业发展意识，激发员工动力？
- 如何才能帮助员工树立正确的工作理念？
- 如何帮助员工建立阳光积极的职业心态和意识？
- 如何调动员工积极性、主动性，充分发挥个人潜能，作出一番成绩？
-

造成上述现象的根本原因在于：员工缺乏职业化素质训练，缺乏明确清晰的职业规划。

美国学者的调查表明：绝大多数人在工作中仅发挥了 10-30%左右的能力。如果受到充分的职业素养培训，唤醒员工的职业发展意识，就能发挥其能力的 50-80%。因此，提升员工的职业素养和行为规范，帮助员工做好职业生涯规划，已经被越来越多的企业重视。

本课程来源于众多优秀企业和学员案例的经验萃取，结合讲师多年工作经验的积累，提炼职业人的职业发展密码，帮助员工建立清晰的职业定位、找到最适合自己的岗位、充分发挥天赋优势潜能，并进一步明确自己的职业规划，成就最好的自己。

本课程引入企业和员工的实际工作情境案例，透过科学的模型和体验式教学，让学员更加清醒地了解自己，理解未来，帮助学员发现并找到爱岗、适岗、敬业、尽责的工作自驱力。

【课程收益】

- **树立发展意识**：了解职业发展规律，明晰职场回报与投入的辩证关系、发展趋势，唤醒员工的职业发展意识，激发员工内驱力。
- **做好职业规划**：指导学员深入全面地了解自我，通过 3 个维度找准自己的职业定位，做好职业规划。
- **实现职业成功**：帮助学员树立正确的职业发展观，掌握职业发展 4 步骤，实现职业生涯成功。
- **做好自我管理**：正确认知积极主动的涵义，做好自我管理，将个人的梦想、目标与公司的发展愿景、激励机制相匹配，跟上公司发展的主旋律，让自己的工作和生活更富绩效。
- **保持阳光心态**：引导学员正确认知工作中面临的问题，以阳光积极的心态应对挑战、处理问题，并掌握保持阳光心态的 3 大策略，学会有效管理工作中的各种压力。

【课程特色】

- 授课方式：课程讲授+互动讨论+故事+游戏+案例分析+情景模拟+角色扮演。
- 课程落地，实用性强，学完即用。
- 学员们普遍反映陈老师的课堂有激情、生动、实用，收获颇丰。

【课程对象】 企业全体员工、基层主管、部门经理

【课程时间】 1天（6小时/天）

【课程大纲】

开场活动：三个词描绘人生

一、怎样理解职业成功的内涵？

1、如何看待职场投入与回报？

- 职场投入：体力、时间、技能、组织能力
- 职场回报：薪酬、成就感、人脉资源、社会认同

2、职场投入与回报的发展趋势

- 体力：基本资源，越用越少
- 时间：人人公平，产出不同
- 技能：稀缺资源，因人而异
- 组织能力：最有价值，职业杠杆

3、职业成功的真正内涵是什么？

- 失败职业生涯 VS 成功职业生涯

二、如何做好个人职业规划？

成功职业生涯源自职业规划

1、找准职业定位，发挥自我优势

- 职业规划三叶草模型：职业优势、职业兴趣、工作绩效
- 聚焦自我优势，找准“职业锚”
- 以“职业锚”为核心，发展个人长项

视频：《如何找到天赋领域》

2、以终为始，做好职业规划

- 人生回顾
- 取得什么样的职业成就？
- 成为什么样的人？
- 如何被他人评价？
- 明确职业发展方向

3、为不同的角色领域订立目标

- 工作角色
- 家庭角色
- 社会角色
- 个人成长

小组互动研讨：请每个人结合自己的实际工作和生活，为自己在不同的角色领域订立目标。

三、如何实现成功的职业生涯？

1、实现职业生涯成功四把金钥匙

- 坚持长期主义

- 追逐理想的同时顺便赚钱
- 成功源自坚持和积累
- 发挥职业杠杆作用

视频：《走出人生的藩篱》

2、职业杠杆：撬动未来职业发展

- 职业杠杆基本定义
- 如何发挥职业杠杆的作用？
- 积累：以投资眼光积累职业优势和资源
- 弹性：理性选择让职业道路越走越宽
- 迁移：通过学习成长拓展职业能力边界

3、职场人士成功的三个原则

- 敢想
- 做专
- 坚持

视频：《大国工匠的坚持与创新》

四、如何跟上企业发展主旋律？

案例：《西游记取经团队的成功启示》

1、个人发展融入企业发展的主旋律

- 一滴水融入大海会永不干涸
- 将自己的梦想融入公司发展愿景
- 个人目标与公司激励机制相匹配

2、做一个积极主动的人

- 自我领导
- 聚焦专注
- 持之以恒
- 负责到底

视频：《情劫女儿国》

3、如何成为积极主动的人？

- 为公司愿景和自己的梦想全力以赴
- 为自己的行为负责
- 聚焦和专注

视频：《刘邦创业团队双向成就的启示》、《科比—梦想的力量》

4、积极主动的人 VS 消极被动的人

- 关注圈与影响圈
- 判断一个人是否积极主动看他专注于哪个圈
- 积极主动的人专注“影响圈”
- 消极被动的人紧盯“关注圈”

5、用影响圈工作

- 聚焦公司愿景目标和个人梦想
- 专注力所能及的范围
- 发现自我不足并积极改进
- 先改变自己，再影响别人

视频：《成功源自积累和坚持》

五、如何保持阳光积极的心态？

保持阳光积极心态的基本策略

案例：《李白、苏轼、孔子的职场心态》

视频：《雷军励志演讲》

1、直面问题，积极行动

- 界定问题
- 分解问题
- 明确目标
- 工作日程
- 学会认错

故事：《坚韧的雪松》、《探险家斯坦利》

视频：《道德经解读》

2、转换观念：换个角度看问题

- 人的认知模型
- 塑造正确的三观
- 烦恼源于我们对世界的看法

故事：《业务员的转变》

视频：《乐观的曹操》

案例：《三个被领导批评的员工》

3、自我训练

- 学会倾诉
- 放松自我
- 保持健康

故事：《一壶沙子》

视频：《任正非—身体是宝贵财富》

小结：修炼好自己的人生心态

六、课程回顾与总结