

《扛压领导力 —— 领导团队穿越周期的五个心法》

主讲：陈海艇

【课程背景】

在经济环境充满不确定性、市场竞争日益加剧的今天，企业领导者面临的挑战已不再局限于业务增长，更需应对周期波动、团队压力激增、人才效能不足等多重考验。传统的"指令式管理"模式已难以适应快速变化的商业生态，团队凝聚力的弱化、员工动力的流失以及领导者自身的压力负荷，成为制约组织可持续发展的关键瓶颈。

- 如何带领团队在逆境中保持韧性？
- 如何在高压下激发员工的潜能？
- 如何构建既能抵御风险，又能主动破局的核心领导力？

这正是《扛压领导力 —— 领导团队穿越周期的五个心法》课程的核心命题。

本课程基于企业中层管理者在实战中的痛点，深度融合管理学理论与本土化实践案例，围绕"目标共识、人才培育、文化凝聚、压力转化、心态赋能"五大维度，系统拆解领导者如何在周期波动中稳舵前行。通过"三级火箭管理体系"、"员工能力-意愿模型"、"压力管理七把金钥匙"等实用工具，帮助管理者从"救火队长"转型为"团队领航者"，打造一支目标同频、主动担责、逆境共进的铁军，最终实现团队与业务的可持续突破。

【课程收益】

- **树立合作意识**：培养团队合作意识，帮助学员树立良好的大局观和积极协作服务的精神。
- **培养员工成长**：掌握“三级火箭管理体系”管理工具，培养员工成长，建立人才队伍。
- **建立团队文化**：了解企业中存在的 4 种组织共同体，掌握团队文化建设方法，激发员工内驱力，力争实现团队建设的最高境界：心相通（建立默契，相互补位）。
- **做好业绩辅导**：掌握辅导员工 3 大技巧、辅导流程 3 个关键环节、辅导员工 4 个核心步骤、完成任务 3 个关键点等工具和方法，提高沟通有效性，确保下属真正理解上级布置任务的意图，实现任务目标成果。
- **发挥领导作用**：掌握员工能力-意愿模型以及马斯洛激励理论工具，在工作中营造独特的团队文化氛围，适时激励团队成员，激发其工作动力，释放团队成员的潜能。
- **改善压力管理**：了解职场压力的 4 种来源，洞察自我应对压力的模式，掌握压力管理 7 把金钥匙，学会化压力为动力，从而取得更佳的性能。
- **增强调控能力**：掌握压力管理 4 种外部途径，轻松应对团队面临的压力和挑战。

- **建立阳光心态**：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，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】 企业中高层领导者、部门经理、基层主管、公司骨干以及储备干部

【课程时间】 1天（6小时/天）

【课程大纲】

开场互动：搭建信息帐篷

一、如何领导团队共同应对挑战？

1、树立共同的愿景目标

- 目标认同
- 方向动力
- 合作规矩

案例：《芝加哥公牛队与乔丹》

2、管理者要学会培养员工成长

- 管理就是学会放手
- 允许员工犯错
- 避免亲历亲为
- 培养员工责任意识

故事：《有瑕疵的市场推广》

3、培养员工的管理工具：三级火箭管理体系

- 强化员工为自己工作的观念
- 用共同的目标管理
- 适度有效的授权

视频：《任正非的人才观》

4、让员工从“要我做”变成“我要做”

- 灵活使用管理工具
- 激发员工自主能动性
- 培养独当一面的人才

5、打造有凝聚力的团队

- 团队文化是团队的灵魂
- 企业中的四种共同体：职业共同体、利益共同体、事业共同体、命运共同体
- 团队文化的意义和作用：聚人心、塑行为、激励人
- 团队建设的最高境界：心相通（建立默契，相互补位）
- 建立积极团队文化，激发团队成员凝聚力

视频：《任正非眼中的领导者》、《大秦帝国之徙木立信》

小组互动：请结合自己的实际工作，讨论如何帮助团队共同应对挑战？

二、如何辅导员工达成任务目标？

1、员工管理的立足点——关心

- 关注员工的状况与难处
- 关注员工的需求与不便
- 关注员工的痛苦与问题

视频：《零零后助理》

2、员工管理的基本原理

- 积极沟通
- 用心倾听
- 主动指导

3、辅导员工的工作流程

- 安排
- 做到
- 结果

4、让员工把任务干得漂亮的三个要点

- 上级要说清楚
- 下属要听明白
- 做到位，有结果

工具：交代工作任务五步法

5、辅导员工做好工作的四个步骤

- 听到：正确地发出指令，是做好工作的根本
- 确认：明确目的、结果、任务、节点
- 快做：别完美、小目标、求反馈，及时把握工作方向
- 做好：比领导的要求略胜一筹

发布指令工具：6W3H工作法

工作汇报工具：6W3H汇报法则

案例：《Shuijing 的故事》

案例：《春节福利》

课堂演练：请结合企业的实际工作，练习“6W3H”汇报法则

三、领导者如何激发员工动力？

1、优秀领导者都是营造氛围的高手

- 领导者通过营造氛围提升团队绩效
- 为什么营造氛围很重要？
- 员工的能力-意愿模型

故事：《邓小平南巡讲话的影响》

视频：《亮剑之狼文化》、《人生有无限可能》

案例：《李云龙如何激励士气》、《优秀企业营造氛围的手法》

情境互动：面对自愿加班的员工，管理者应该如何给予反馈和激励？

2、团队激励的关键点：了解下属的需要

- 马斯洛的需要层次理论
- 马斯洛各层次需求满足措施
- 团队激励的基本框架

3、在日常工作中营造独特的文化氛围

- 营造氛围就是塑造企业文化
- 激发员工内驱力
- 释放员工潜能

视频：《亮剑：骑兵连进攻》

小组互动：请结合自己的实际工作，讨论如何领导团队共同应对挑战？

四、领导者如何做好压力管理？

案例：《张先生的工作压力》

1、如何看待压力？

- 压力是怎么产生的
- 角色压力源
- 人际压力源
- 来自工作本身的压力源
- 来自组织的压力源

故事：《农村人的智慧》、《压力效应》

案例：《压死骆驼的最后一根稻草》

互动：心理承受能力测试

2、对工作压力的重新认识

- 压力真的是百害而无一益吗？
- 压力与工作绩效关系图

故事：《压力效应》

3、明确压力管理的目标

- 维持适当的压力水平
- 减少压力的消极影响
- 创造最佳工作绩效
- 提高对各种压力环境的适应和调节能力
- 建设高质量健康工作生活方式

故事：《朱子明画驴》

4、压力管理七把金钥匙

- 认识理解压力
- 体育锻炼
- 休息放松
- 时间管理
- 角色管理
- 寻求社会支持
- 心理防御机制

5、压力管理实现途径

- 善于利用外部资源
- 知识的力量
- 团队的力量
- 组织机构的力量
- 社会的力量

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

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

视频：《道德经解读》

故事：《探险家斯坦利》、《坚韧的雪松》

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