

基于责任与敬业的职业能力提升

课程背景：

对于企业来讲，制定正确的战略固然重要，但更重要的是执行。执行力是员工最重要的能力之一。在实际的工作中，很多员工在执行任务时缺少主动思考和解决问题的意识，等靠要的现象比较突出；员工工作缺少责任担当，遇事总习惯找各种理由和借口，互相推诿责任；对领导交办的工作，没有主动汇报的意识和习惯，领导不问员工不汇报；工作中做了很多工作，但真正有价值的结果却很少。

公司是员工赖以生存和发展的平台，作为公司的员工应该学会感恩，建立责任心，建立成长型思维，通过敬业的精神，努力提升自身的技能，实现自身的价值，满足公司的发展需要，进而得到更好的发展，实现企业与个人的双赢。

课程收益：

学会用感恩的心态去面对工作

帮助员工建立自我责任感，提高员工主动做事的意愿

学会如何进行自我的职业规划

学会如何进行有效的时间管理

掌握目标设定和计划执行的方法

学会自我的心态建设和情绪管理

掌握沟通的方法，并进行良好的团队协作和全局意识

课程方式：理论讲授+案例分享+游戏互动+视频赏析+小组讨论+团队共创等

多元化的教学方式。

课程时间：1天，6小时/天

课程对象：各企事业单位基层员工、储备干部

课程大纲

第一讲：目标导向、以终为始

1、建立目标导向的思维

1) 结合目前的岗位进行自我状态的诊断

2) 现状的把我与分析

2、目标对于我们意味着什么

3、以终为始的2个核心概念

4、事物的两次创造

5、高效能人士 VS 低效能人士

6、如何找到你的人生愿景与目标？

工具 1：人生目标九宫格

工具 2：标杆人物法

第二讲：充满希望、积极主动

1、什么是积极主动？

案例分析：弗兰克尔的自由

2、从刺激到反应之间

1) 情绪 ABC 理论

视频赏析：司马懿的选择

2) 三种决定论

案例解析：由罗斯福总统家中被盗引发的思考

3、积极主动的 2 个核心概念

4、从刺激到反应的 4 项内容

5、高效能人士 VS 低效能人士

课堂练习：从消极到积极的乾坤大挪移

6、关注圈 VS 影响圈

行动思考：找出近期令你倍感挫折的一件事情

第三讲：要事第一、和谐相处

1、时间管理的“二八法则”

2、高效能人士 VS 低效能人士

视频赏析：著名的时间管理实验

3、时间管理的“四象限法则”

案例分析：价值 2.5 万美金的建议

4、有效沟通的三大能力

1) 聆听

2) 发问

3) 反馈

5、造成沟通障碍的“自传式回应”

1) 价值判断

2) 追根究底

3) 自以为是

4) 好为人师

6、运用同理心回应

1) 复述语句

2) 加入解释

3) 表达感觉

4) 解释加感觉

7、非暴力沟通的方法应用

1)长颈鹿式沟通法则

2)非暴力沟通的四步法

场景演练：如何用长颈鹿式的沟通方式进行沟通

视频赏析：马得福解决水站供水问题

8、自我定位与团队协作

- 1) 认识自我，分析自我。
- 2) 找准我在团队中的角色。
- 3) 评估自我是否发挥自己的优势。
- 4) 发挥自我优势，为团队加分。

第四讲：责任担当、高效执行

- 1、学会感恩，还自己一颗感恩的心
- 2、担当责任，将感恩化为工作中的责任感
- 3、珍惜岗位，对工作心怀感恩
- 4、拒绝借口，以感恩之心勇担责任
- 5、停止抱怨，让感恩化解浮躁
- 6、知恩图报，以主人翁精神做事
- 7、敬业-第二生命
 - 1) 敬业要忠诚
 - 2) 忠诚胜于能力

8、养成高效执行力获得组织信任

1) 高效执行力的认知

2) 高效执行力 KASH 模型

3) 高效执行力之关键态度

4) 高效执行力之关键能力

第五讲：情绪平衡、韧性成长

1、情绪与压力管理

1) 情绪与压力的定义

2) 压力的种类

3) 压力的主要来源

4) 造成压力的三大因素

5) 有效解压的 8 种方法

6) 消除负面情绪

2、建立成长型思维

1) 成长型思维的认知

案例：德维克的成长型思维实验

2) 如何建立成长型思维

➤ 改变考核的标准：关注进步而不是结果。

- 改变沟通方式：在评价表现时，用"暂时不行"代替"就是不行"。
- 改变认知的习惯：埃利斯的 ABC 理论。
- 辩证思维：从负面中接收成功的认知体验。

3、提升自我效能感

1) 自我效能感知知

2) 如何提升自我效能感