

版权课程 《职场新人变形记—从 0 到 1》



【课程背景】

大学生刚到职场，经常回出现下面的问题：

- 不清楚角色定位，不知道职责标准；
- 不懂得职场规则，迷迷糊糊，我行我素；
- 不懂工作规划，做事虎头蛇尾，恶性循环；
- 不懂沟通技巧，以自我为中心，忽略对方感受；
- 不想慢慢积累，总想再短期内成就伟业……

针对上述问题，如何让新毕业的大学生清晰地认识、了解职场，对职场角色认知，职场规则，职场心态有一些初步的了解？《从 0 到 1 变形记》主要帮助学员从职业素养、职业心态、自我管理到工作管理三大模块，全面、系统地

构建积极阳光的职场心态，了解角色定位的重要性，明确学校与职场的区别，掌握职场素养，从而达到企业绩效与个人职场目标的双赢。企业的长期发展离不开敬业的员工，课程围绕帮助企业员工树立职业化的素养，以正向积极的心态投入到工作中，同时学习更为科学的工作式，提供工作效率。

员工的职业化素养是组织健康运营的保障，具备良好职业化素养的员工往往能够从自身做起，与并实现个人成长。

【课程收益】

- 合理认知职场角色，了解职场规则及职业地图；
- 帮助员工调试职场心态，明确职业发展与组织发展的关系；
- 培养积极的职场心态，主动积极做事，提高执行力；
- 提升员工职业化水平，用正确的思维和工作状态面对本职工作，用积极主动的态度面对各项挑战，用职业化思维应对现实问题。
- 借助 DISC 工具帮助员工知己解彼，掌握职业化的沟通方式
- 帮助员工提升工作效率,掌握科学的工作方式及解决问题的基本方法
- 帮助员工从高格局看待事物，将个人职业发展与企业命运结合，敬业爱司，专注投入。全面认识企业，了解应具备的职业自觉

【课程对象】 新员工

【授课方式】 理论讲解+互动练习+视频点评+行动学习

课程大纲

一、从 0 到 1：清晰定位，自我管理

案例：最强大脑

案例分析：职业发展与组织发展的关系

1. 金牌员工与传统员工的三大区别

2. 角色认知与转变

- 讨论：作为一名职场人，我有哪些角色？

- 对上的角色

- 平级的角色

- 跨部门的角色

3. 职场发展阶段

职场发展阶段：新人期、深入学习期、发展期、稳定期

企业发展阶段：生存期、发展期、膨胀期、稳定期

二、从 0 到 1：核心价值，激发潜能

1. 职业心态是职业发展的支撑

- 职场人应该具备的职场心态：主动积极、创造价值、不断学习，塑造习惯、

结果导向、开诚布公

- 职业化素养、职业化思维、效能提升、积极心态

2. 职业素养

- 讨论：什么是职业素养？

华为基本法、亚马逊十一条、康乐保四原则

案例：信息终结者

创新不落地

结果导向

开诚布公

3. 职业胜任力模型

职业能力的三个层次：知识、技能、才干

- 职场竞争力模型- 冰山理论

4. 由数秒鼓掌游戏，引发大家思考：挖掘自身价值，勇于尝试，敢于挑战

5. 拉姆查兰的职业发展路径

三、从 0 到 1：思维进阶，高效工作

1. 企业面临的三大挑战：经济变革、技术变革、人才变革

2. Z 时代对员工的要求：缩短员工厂长周期，提升人均效能

3. 企业和员工共同的思考方式：价值、目标、协作、可控、立足之本

4. 理解执行的逻辑顺序是：沟通力—思考力—行动力。

5. 由撕纸游戏为启发，改善工作方法
6. 理解执行力的前提是理解目标
7. PDCA 工作法，学会主动沟通、及时汇报、关键总结

四、从 0 到 1：团队协作，差异沟通

1、“沟通”导航

- ✓ 造成沟通困难的因素
- ✓ 团队沟通与协作的重要性
- ✓ 职场中沟通能力应占 80%，而其它能力只需 20%
- ✓ 职场中最重要和最缺乏的恰恰都是沟通能力
- ✓ 沟通核心要素：角色、编码、渠道、解码

F1 赛车：理解目标来自于沟通，对整体、团队和个人目标的共识

2、沟通是企业保持高效运转的核心途径

- ✓ 职场人士的心智模式
- ✓ 目标达成是关键，沟通是核心
- ✓ 思维定式：目标-沟通-流程-人-氛围
- ✓ 团队与个人成长的规律
- ✓ 团队协作才能实现共赢，前提是有效沟通

3、DISC 职场人格分析

- ✓ 现场手机测评：五分钟了解自我沟通风格
- ✓ 认识自我，理解他人
- ✓ 理解差异，自己与对象的沟通方式不同
- ✓ DISC 有效认知差异
- ✓ DISC 优劣势分析
- ✓ 与四种不同性格特征人员进行有效沟通与协作
- 结论先行、结果导向
- 营造氛围，积极认可
- 真诚相待，给予关怀
- 逻辑鲜明，流程制

4、不同层级人员的沟通

- ✓ 与上级沟通的要领
 - 角色：责任人、管理者、执行者
 - 汇报的要领
 - 请示的要领
 - 接受指示的要领
 - 如何做好与上级的协调？
- ✓ 平级沟通\跨部门沟通技巧
 - 角色：供应商、合作者

跨部门沟通三原则

主动——跨部门沟通的第一要义

有效沟通的原则：信任、平等、互利

沟通与协作的五大思维

五、职场礼仪

- 你代表公司
- 己所不欲勿施于人
- 你教别人认识自己
- 接待、语言等职场礼仪知识
- 职场形象

直观形象

建立值得信任的第一印象

- 认知形象

尊重原则

利他原则

信任原则

- 直观形象：着装与声音

商务活动中的着装原则：TOP

休闲装与正式装的界限

国际商务装惯例

声音形象

● 认知形象：商务接待与拜访

自我介绍与介绍他人的礼仪规范

握手礼仪

信息交换的礼仪（名片与微信）

引领与同行的礼仪

进出电梯礼仪

位次礼仪

✓ 会议位次

✓ 合影位次

✓ 就餐座次礼仪

电话沟通的礼仪

登门拜访礼仪

