**职业心态与职业素养提升**

**课程背景：**

随着市场经济的深入发展，竞争空前激烈，而技术、产品日渐趋同，企业要屹立不倒、做大做强，必须注重提升软实力。客户选择高品质产品的同时，选择高度职业化员工提供的高满意度服务所带来的良好体验。作为代表企业的鲜活名片，员工对职业的理解、认同、自豪直接影响工作状态与表现。如何拥有积极阳光心态，主动快乐地工作是所有职场人都需具备的职业素养。

**课程收益：**

● 引导学员重新定义与解读职业，激发活力，点燃工作激情；

● 培养目标意识与结果思维，提升执行力；

● 理解团队协作力的含义，提升与团队成员高效协作的核心技能；

● 帮助学员建立积极、乐观、正面情绪，塑造忠诚爱岗敬业的阳光心态；

● 掌握职业人应具备职业素养，打造职业化团队，提高企业公众形象，从而提高企业的经济效益，赢得良好社会口碑。

**课程时间：**2天，6小时/天

**课程对象：**全员

**课程方式：**理论讲解+案例分析+视频互动+角色扮演+情景模拟+实操演练+诊断点评

**课程大纲**

**第一讲：重新解读职业化**

**一、新视角解读职业化**

1. VUCA时代特征

2. AI与工作场景

**讨论：**你够职业吗？

**二、打造职业化团队**

1. 职业化表现形式

2. 职业化价值体现

**第二讲：职业心态修炼**

**一、职业认同**

1. 行业与环境分析

2. 企业与个人发展

3. 职业与成长路径

**二、职业思维**

1. 冲破思维定势

2. 不同思维差异表现

3. 建立职业思维模式

**案例：**阿里巴巴CEO张勇

**三、四类职业人**

1. 不燃型与心态特征

2. 可燃型与心态特征

3. 自燃型与心态特征

4. 燃他型与心态特征

**四、职业心态修炼**

**修炼一：积极主动的心态**

1）积极主动的三个层次

2）积极心态的变化过程

3）消极心态的表现形式

**修炼二：空杯好奇的心态**

1）忘记昨日的辉煌

2）学会低头与弯曲

3）保持一颗好奇心

**修炼三：创新学习的心态**

1）你有变化吗

2）你有节奏吗

3）突破思维定势

4）四种思维枷锁

5）三种感元类型学习法

6）提高学习力四步法

**修炼四：利他服务的心态**

1）成功的终极规律

2）利他之心与利己之心

3）为什么助人为乐

**讨论：**动物世界里的利他

**修炼五：阳光快乐的心态**

1）阳光的力量

2）快乐的能量

3）爱的吸引力

4）远离抱怨与不满

5）七天彩虹心情训练

**故事：**这个世界没你想得那么糟糕

**修炼六：感恩付出的心态**

1）胸怀与格局

2）列出感恩list

3）感恩与满意度

4）感恩与付出

5）付出不是减除

**故事：**你以为的善，可能是一种伤害

**案例：**万科郁亮的的发言

**思考：**为什么这是理所应当

**修炼七：责任自豪的心态**

1）薪水代表什么

2）重新定义你的工作

3）工作的意义与责任

4）自豪来自独一无二

**修炼八：合作共赢的心态**

1）三种思维与心态

2）单打独斗已成过去

3）企业的合作共赢

4）团队的合作共赢

5）个人的合作共赢

**思考：**明明可以共赢，为何损人不利己？

**第三讲：职业技能修炼**

**一、高效时间管理**

1. 认识时间——时代特征

2. 运用时间——引爆8小时

3. 管理时间——六大工具

4. 建立习惯——行动计划

**视频：**时间分配

**实操：**清单——挑战时间杀手

**二、有效精力管理**

1. 体能精力管理

2. 思维精力管理

3. 情感精力管理

4. 意志精力管理

**三、情绪与压力管理**

1. 情商与智商

2. 认识自己情绪

3. 驾驭自己情绪

4. 管理他人情绪

5. 与压力共舞

**四、赋能型沟通训练**

1. 心——双赢心态、用心沟通

**案例：**奥普拉的智能资本

2. 看——察言观色、双层观察

3. 听——认真倾听、换位思考

**案例：**GE公司的LEADER解释

4. 说——逻辑清晰、有效表达

5. 感——同频同理、有情有理

6. DISC性格分析与沟通策略

**演练：**

1）向上级汇报工作

2）给下属分配任务

3）为客户处理异议

**课程回顾与结语**

1. 学员成果展示与分享

2. 行动计划