

职场优势思维与表达技术

讲师：隋海涛

课程纲要

【课程名称】 《职场优势思维与表达艺术》

【课程背景】

职业化就是一种工作状态的标准化、规范化、制度化，即在合适的时间、合适的地点，用合适的方式，说合适的话，做合适的事。职业生涯管理的基础是企业形成标准的职业化沟通习惯和行为风范，这就需要企业管理者和员工具有统一的思考方式和沟通语言。企业通过对员工进行职业生涯管理，不但体现企业人力资源的规范性，还能营造健康的团队文化，是企业提升竞争力的核心。

【课程收益】

1. 本课程面向企业新员工、中基层员工，提供一套职业生涯规划方法和工具，帮助您理解职业和岗位的秘密，打造聚力、高效的团队，提升企业团队的稳定性。
2. 本课程从职场表达痛点切入，剖析工作沟通中的误区与不足，从工作场景出发提供不同场景的沟通与表达策略，提升表达技巧，创建双赢沟通场景。

【课程对象】

企业新员工、中基层员工

【授课方式】

理论讲解+案例分析+互动体验

【课程时长】

1天6小时\天

【课程大纲】

破冰导入：

1. 职场人士的优势思维：职业生涯规划

第一部分 职业思维之明晰定位

游戏互动：憧憬未来（10年后的你）

1. 职业特质论
2. 发现你的职业兴趣
 - 职业的四维价值观
 - 职业锚理论（施恩）
 - 职业四度：高度／深度／宽度／温度
3. 人岗匹配模型
 - 职场初入期
案例分析：职场新人的身份适应
 - 职场发展期的成长策略
案例分析：职场中坚的发展定位
 - 职场事业期的成长策略
案例分析：职场白骨精的事业平衡
4. 职场晋升的两把金钥匙
 - 内职业生涯的发展
 - 外职业生涯的调适
 - 工资的秘密

第二部分 职业思维之未来发展

1. 发现你的职场优势

- 能力三核：知识、技能、才干

2. 职场核心技能

3. 培养职场竞争力

- 能力管理四象限：优势区 - 潜能区 - 退路区 - 盲区

4. 能力管理的策略

- 聚焦优势

- 培养潜能

- 利用储存

- 规避盲区

第三分部分：职场双赢表达术

体验互动：人体雕塑

1. 职场表达现状与思考

2. 影响表达的因素

3. 冰山模型中的职场表达

4. 沟通之道我是起点

- 利他思维

- 讲理思维

5. 系统思考结构表达

- 结构表达四要素

案例分析：这样汇报行不行？

- 对上沟通的三点建议

- 让你的上司了解你

6. 同理思考沟通有术

- 修炼同理心

- 深度倾听，有效反馈

- 工作沟通的三点提醒