**《赋能型团干部管理者-用积极心理学激发员工动力》**

主讲：顾樱英老师

**【课程背景】**

随着00后进入到职场，经济发展增速下缓，“内卷”现象之下，“躺平”变成了很多年轻人回避问题的处理方式。团干部在工作中需要调动年轻员工的积极性，就成为较有挑战的任务。

积极心理学家彭凯平提到：成人的人生意义感来自于社会关注、自我成长、关系和谐、享受生活以及身心健康五个方面，而工作和这五个维度息息相关。本课程即从工作的角度出发，以积极心理学理论为抓手，让团干部获取更多方法和工具，在面对年轻人的时候，可以发挥自己的能动性，赋能年轻人，在工作中彼此都能找到自己的工作意义感和成就感。

**【课程收益】**

* 觉察和理解00后年轻人的工作状态
* 找到团干部工作中的“福流“，强化工作的内驱力
* 探索意义感：从完成工作到践行使命

**【课程对象】**

团干部

**【课程时间】**

0.5天（6小时/天）

**【课程大纲】**

1. **团干部的赋能力：提供情绪价值找到工作动力**
2. 理解00后的工作状态：找到不同代际的差异和趋同性

躺平：习得性无助

动力：掌控感和成就感

1. 通过3F倾听，觉察员工行为背后的真实情绪和意图

分清事实、观点和感受

提供注意力和支持

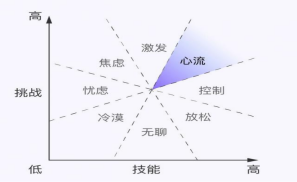
实践方法：冰山日记

1. 通过深度会谈法赋能员工，让每一次交流都充满能量

团队共创：不同的员工，如何调动对方的积极性

**二、团干部的内驱力：在工作中体验到“福流”**

1、找到团干部工作中的“福流”部分



2、3个重要方式让自己进入到“福流”的状态：

做自己喜欢且有挑战的事情

有一定的合适的空间

有充足的时间：1.5-2小时

1. 小练习：探讨“福流”时刻
2. 讨论：如何为团干部工作中不喜欢的事情创造“价值”

**三、团干部的融合力：关系冲突和解决方法**

1、通过冰山模型，理解人的不同状态和行为风格

根据行为理解不同人的观点和行为

2、根据不同人的状态，提供相应的情绪价值

被关注、被允许、被认同

3、练习：九宫图—从观点不同到解决方案