**《赋能型领导者-积极心理学在管理中的应用》**

主讲：顾樱英老师

**【课程背景】**

2020年以来，如果你细心观察，会发现：个人的寿命越来越长，但企业的生命却越来越短；科技的进步越来越强，而人的不可替代性越来越弱；组织越来越轻盈，而个体越来越强大。

直到00后进入职场，管理者的管理难度加大：

1. 任务复杂，多线条同时推进
2. 人员参差不齐，团队凝聚力降低
3. 经验失效，传统模式被新的AI工具一一替代

本课程即从管理工作的角度出发，以积极心理学理论为抓手，让管理者获取更多方法和工具，在面对不同的职业发展难题中，发挥自己的能动性，探讨人生意义，赋能团队，彼此都能找到自己的工作动力，加强团队凝聚力。

**【课程收益】**

* 打破经验的限制，提高管理者心智
* 探索工作中的“福流“，强化工作的内驱力
* 找到意义感：从完成工作到践行使命
* 赋能团队员工，找到管理职涯的第二曲线

**【课程对象】**

高潜人才、新晋管理者、中层管理人员

**【课程时间】**

1天（6小时/天）

**【课程大纲】**

1. **管理意义的转变**

1、积极心理学的五大人生信念：

--所有人都是OK的

--每个人行为背后都有积极的意图

--每个人都可以为自己做出最好的选择

--每个人都可以找到解决问题的资源

--改变时不可避免的

2、在工作中磨砺心性的方式：

拥有一双发现美的眼睛

慈悲练习：产生利他之心

看清利益和风险，近“善恶“，远”得失“

3、在工作中提升心智的方式：

从固定性思维到成长性思维

打破限制性信念：向内看，才能找到解决方案

破除坚定的自我认同：经验即陷阱

1. **在工作中赋能青年员工：觉察沟通中的情绪冲突**
2. 管理风格转变：从传统管理者走向赋能型管理者

--从“走脑”到“走心”

--从“命令”到“激发”

--从“控制”到“引导”

2、通过深度会谈法赋能员工，让每一次交流都充满能量

--分清事实、观点和感受

--理解情绪背后的真实意图和需求

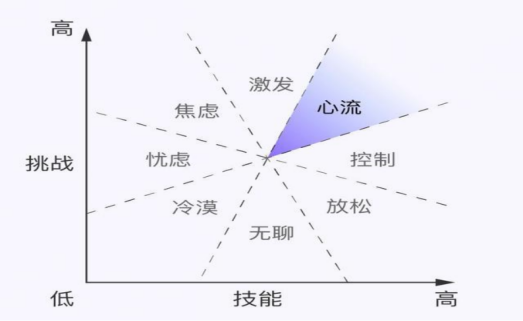
--同理心训练：陪伴、倾听的能力

3、强有力的引导者发现员工的潜能

4、练习：九宫格，从发现问题到解决方案

1. **在工作中体验到“福流”**

1、福流即心流，工作能力和工作难度相关系数



2、3个重要方式让自己进入到“福流”的状态

1. 小练习：探讨“福流”时刻
2. 确认心锚：找到属于自己的“福流”
3. 讨论：如何为工作中不喜欢的事情创造“价值”

**四、用发展的眼光看待管理工作**

1、六维人生职涯全景图：培养人才的重要性

2、寻找价值观形成时候的兴趣，找到最初的热爱

用热爱来反哺管理工作的优势

3、探索管理工作的真实意图：成就感、价值感、意义感