**《赋能型领导者—打造高绩效团队OH卡工作坊》**

主讲：顾樱英老师

**【课程背景】**

2020年以来，越来越多的不确定性发生在我们的生活中，随着经济发展增速下缓，“内卷”现象之下，“躺平”变成了很多人回避问题的处理方式。

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。如何在工作中找寻人生意义，活出35+的第二曲线，成为很多迷茫的心灵找寻港湾的一种方式。

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，图像投射OH卡作为训练工具，让高阶职场人士获取更多方法，在面对不同的职业发展难题中，发挥自己的主观能动性，探讨人生意义，赋能年轻人，彼此都能找到自己的工作意义和人生第二曲线。

**【课程收益】**

* 觉察和理解工作对人生成长的重要性
* 找到工作中的“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
* 赋能青年员工，找到人生的第二曲线

**【课程特色】**

运用图像投射卡牌OH卡帮助管理人员从“走脑”到“走心”+实际案例解析

**【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. **提升管理者的心智模式**
2. 人生平衡轮：破解二元对立，财富≠幸福

OH卡练习：探索工作的意义

2、在工作中磨砺心性的方式：

拥有一双发现美的眼睛

OH卡练习：我眼中的你

看清利益和风险，近“善恶“，远”得失“

日常练习：丰盛日记

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

Oh卡互动：我们的观点一致吗？

1. **在工作中赋能员工**

1、3F倾听：觉察员工行为背后的真实情绪和意图

练习：分清事实、观点和感受

OH卡互动：ORID深度会谈法

2、通过强有力的提问赋能员工，让每一次交流都充满能量

3、练习：九宫格，从发现问题到解决方案

**三、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：OH卡探讨“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、打造高绩效团队氛围**

1、六维人生全景图：从发展的眼光看一生

2、OH卡探索职涯意义：坚持、自律、角色感

3、终极练习：找到团队管理的第二发展曲线