

KỸ NĂNG TƯ DUY TÍCH CỰC

* Giới thiệu chương trình

Thái độ có tác động lớn đến nhân viên, nhà cung cấp, các nhà đầu tư của bạn và tất cả những người khác. Nếu duy trì một thái độ tích cực, điều này sẽ được lan truyền và những người xung quanh sẽ nhận về năng lượng tích cực của bạn. Mọi người trong công ty sẽ cảm thấy vui vẻ và khách hàng sẽ muốn làm kinh doanh với bạn, tối đa hóa hiệu quả hoạt động của doanh nghiệp.

Nếu duy trì một thái độ tiêu cực, mọi người sẽ không muốn đến gần bạn, nhân viên sẽ cảm thấy không có động lực và khách hàng sẽ không muốn mua hàng của chúng ta. Kết quả sẽ là hiệu suất của doanh nghiệp của bạn sẽ xấu đi.

Khóa học "Tư Duy Tích Cực" tại Công ty TNHH Nghiên cứu và Phát triển về Giám sát và Đánh giá Quốc tế - Việt Nam sẽ giúp các bạn áp dụng những tư duy tích cực vào những công việc hàng ngày trong cuộc sống. Mang đến sự lạc quan vào cuộc sống của bạn, làm cho cuộc sống, công việc dễ dàng hơn để tránh những lo lắng và suy nghĩ tiêu cực. Nếu chấp nhận thái độ tích cực như một cách sống, nó sẽ mang lại những thay đổi mang tính xây dựng làm cho chúng ta hạnh phúc hơn và thành công hơn.

* Mục tiêu đào tạo

- Xem xét tác động của thái độ tích cực đến môi trường cá nhân và nghề nghiệp.
- Liệt kê các bước cần thiết để cải thiện thái độ và hành vi.
- Áp dụng các kỹ thuật tâm lý tích cực để nâng cao hiệu quả trong công việc.
- Sử dụng các kỹ thuật mô hình để cải thiện mối quan hệ với người khác.
- Xác định các kiểu suy nghĩ và bộ lọc ưa thích.
- Sử dụng các kỹ thuật mô hình để cải thiện mối quan hệ với người khác.

* Đối tượng học viên

- Lãnh đạo doanh nghiệp (HĐQT, HĐQT, Tổng Giám đốc, Giám đốc), giới chủ doanh nghiệp.
- Đội ngũ quản lý cấp trung của các Doanh nghiệp (Giám đốc Marketing, Giám đốc nhân sự, Các trưởng phòng ban chức năng khác.
- Những ai cần xác định mục tiêu thay đổi bản thân toàn diện.

* Nội dung chương trình

Phần 1. Thái độ trong Công Việc và Cuộc Sống

- Thái độ là tất cả.
- Nguồn gốc của hạnh phúc và thái độ.
- Sự hình thành của hạnh phúc và thái độ.
- Giá trị thị công thêm cho tổ chức doanh nghiệp.
- Mỗi quan hệ giữa thái độ và sự sáng tạo.

Phần 2. Xây Dựng Tư Duy Tích Cực

- Ngừng than phiền.
- Xây dựng mối quan hệ.
- Xác định điều gì phù hợp với bạn.
- Sống có mục tiêu.
- Chấp nhận và chế ngự nỗi thất vọng.
- Không đi tắt đón đầu.
- Đứng trên tư duy của người không lờ.
- Tạo thói quen suy nghĩ và hành động tích cực đột phá.
- Đối xử với người khác như mình muốn được đối xử.
- Cho đi để được nhận lại.
- nỗ lực rèn luyện đứng trên đôi chân của mình.
- Lạc quan vui vẻ ngay trong nghịch cảnh.

Phần 3. Áp Dụng Tư Duy Tích Cực

- Luôn thể hiện lòng biết ơn.
- Quả quyết khẳng định những điều tích cực.
- Thử thách ý nghĩa tích cực.
- Chuyển hóa những suy nghĩ tiêu cực.
- Niềm tin.
- Tư duy cả hai cùng thắng.
- Làm tròn vẹn đến tận cùng công việc.
- Sức mạnh tiềm thức

Phần 4: Luyện Tập Thay Đổi Thói Quen Mỗi Ngày

- Phản ứng điển hình của con người.
- Các cách chúng ta phản ứng.
- Cách tiếp cận 7 bước để thay đổi thái độ
- Quyết định thay đổi ngay hôm nay.
- Chuyển đổi sự tập trung của bạn.
- Phát triển thái độ biết ơn .
- Quyết định không trở nên hoàn hảo.
- Tin tưởng vào bản thân.
- Kế hoạch hành động,
- Xây dựng môi trường sống.

Phần kết. Kế hoạch hành động

- Hướng dẫn các bước áp dụng bài học vào thực tế.
- Kế hoạch hành động.

(Nội dung chương trình có thể thay đổi phù hợp theo nhu cầu thực tế của doanh nghiệp).

*** Phương pháp giảng dạy**

Lớp học được phân chia theo nhóm nhỏ học viên để thảo luận và chia sẻ. Phương pháp đào tạo nhấn mạnh đến việc học viên làm trung tâm dựa trên các bài tập tình huống video clip, trò chơi. Phương pháp không đặt nặng tính lý luận, giáo điều. Giảng viên trình bày lý thuyết ngắn gọn, học viên cần tham gia tích cực trong các bài tập ngắn. Sau mỗi phần trình bày của các nhóm học viên, giảng viên gợi ý để điều chỉnh giải pháp và đúc kết những bài học nhỏ theo từng đề mục Chuyên gia sử dụng các phương pháp đào tạo sau đây để truyền tải nội dung khóa học:

- Thảo luận mở (Open discussion)
- Nghiên cứu tình huống (Case study)
- Bài tập tự đánh giá (Self-assessment)
- Thuyết giảng ngắn đề tài thực tế (Mini-lecture)

*** Bài tập tình huống và tự đánh giá**

Trong chương trình giảng viên sẽ cung cấp một số bài tập tình huống khác nhau học viên sẽ tham gia thảo luận về cách tiếp cận từng tình huống. Các tình huống này sẽ

giúp học viên củng cố và biết cách áp dụng thực tế các nội dung của bài học. Bên cạnh đó còn có các danh sách câu hỏi trắc nghiệm kiểm tra và trả lời với các hình thức như:

- Bài tập tình huống (Case studies).
- Câu hỏi và trả lời (Questions & answers).
- Bảng kế hoạch hành động (Planning worksheets).
- Các công cụ biểu mẫu và danh sách kiểm tra (Toolkits & check-lists).

*** Kế hoạch hành động cá nhân (Sau khóa học)**

- Xác định các điểm mấu chốt nổi bật, quan trọng nhất của khóa học mà cá nhân thu hoạch được.
- Vạch ra các mục tiêu và các kế hoạch hành động cụ thể sau khóa học.
- Xác định các chủ đề cho sự phát triển cá nhân và cải thiện kỹ năng mới trong tương lai.