附表1：

**2019年度员工素质提升系列课程表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 课程模块 | 课程名称 | 培训内容 | 培训时间 |
| 时事类 | 学习宣传贯彻党的十九大精神 | 学习宣传贯彻党的十九大精神 | 2个小时 |
| 十九大新党章修改解读 | 十九大新党章修改解读 | 2个小时 |
| 廉政系列课程：围猎与反围猎案例研讨 | 廉政系列课程：围猎与反围猎案例研讨 | 2个小时 |
| 党建工作与企业发展互促共赢 | 党建工作与企业发展互促共赢 | 2个小时 |
| 当前政治经济新形势 | 当前政治经济新形势 | 2个小时 |
| 端正入党动机，争做合格共产党员 | 端正入党动机，争做合格共产党员 | 2个小时 |
| 学习贯彻习近平总书记视察广东重要讲话精神 | 学习贯彻习近平总书记视察广东重要讲话精神 | 2个小时 |
| 习近平新时代生态文明思想与深圳实践 | 习近平新时代生态文明思想与深圳实践 | 2个小时 |
| 弘扬宪法精神 维护宪法权威 | 弘扬宪法精神 ，维护宪法权威 | 2个小时 |
| 社会主义核心价值体系之一“法治解读” | 依法治国与依法治企；企业法制与规章制度；企业制度设计法则；企业制度执行技巧 | 2个小时 |
| 社会主义核心价值体系之二“和谐解读” | 什么是企业和谐？如何做到企业与员工和谐；企业和谐与企业文化建设；如何实现企业和谐；如何做到以人为本；如何做到以人的价值为本 | 2个小时 |
| 当代时事教育 | 当今政治、经济报告解读 | 2个小时 |
| 法律类 | 工会法 | 工会法的特点、工会的职能、工会组织的建立及权利义务、职工入会及工会会员的权利及义务、工会法对工会干部的法律保护、深圳市实施工会法有关法规 | 2个小时 |
| 消费者权益保护法基础知识 | 《中华人民共和国消费者权益保护法》的基本结构与内容；消费者的法律地位；日常生活中消费方面的法律常识；权益保护的基本途径。 | 2个小时 |
| 常用的诉讼技巧 | 基本的诉讼程序介绍；诉讼时效的相关法律问题；诉讼证据的基本保存和取得方法；基本法律辩论技巧。 | 2个小时 |
| 劳动法规精解与运用 | 《劳动合同法》、《劳动争议仲裁法》实施给社会带来的挑战分析；《劳动合同法》、《劳动争议仲裁法》运用精解及管理对策 | 2个小时 |
| 《婚姻法》条例解析 | 婚姻家庭法的概念和调整对象；婚姻的成立；婚姻的效力；婚姻的终止；婚内财产的纠纷处理及分割 | 2个小时 |
| 城市生活类 | 市民生活常识 | 日常用电、用气、消防、出行等常识 | 2个小时 |
| 农民工如何融入城市生活 | 融入城市生活的目的和意义；城市生活中的生存技能和本领；城市生活中的发展意识和渠道 | 2个小时 |
| 公民意识培养 | 公民自主、自立、自强、自尊、自信的心理意识；义务意识教育；权利意识教育；法治意识教育 | 2个小时 |
| 调节离乡情绪、建立快乐生活 | 如何应对陌生的人际；处理乡愁；调节情绪；与周围的人分享生活 | 2个小时 |
| 外出旅游安全常识 | 交通安全；居家安全﹔出行防劫﹔防欺诈﹔常用紧急电话 | 2个小时 |
| 饮食与健康 | 良好的饮食习惯、人生命周期所需的营养、如何辨别食品优劣 | 2个小时 |
| 家居安全常识 | 居室防盗、家居用电安全、家居防火常识、家用煤气安全 | 2个小时 |
| 家庭生活常识 | 用药常识；家庭消毒方法；意外的自救互救；食物中毒的处理；烫伤的紧急处理 | 2个小时 |
| 礼仪类 | 商务礼仪 | 作为商务人员应有的气质；职业形象塑造；接待礼仪；会面礼仪；电话礼仪 | 2个小时 |
| 形象礼仪 | 仪容礼仪；举止礼仪；服务接待礼仪；上下级礼仪 | 2个小时 |
| 公共场合礼仪 | 不同公共场合应遵守的规范；在不同公共场合应注意的礼仪 | 2个小时 |
| 餐桌礼仪 | 不同国家餐桌文明；就餐应注意的礼仪 | 2个小时 |
| 待人接物礼仪 | 会面礼仪；称呼礼仪；接待礼仪 | 2个小时 |
| 乘车礼仪 | 不同类型车位置的区别；乘车应注意的礼仪 | 2个小时 |
| 举止礼仪 | 站姿礼仪；坐姿礼仪；手势礼仪 | 2个小时 |
| 心理健康类 | 心理健康与心理调适 | 现代人面临的心理问题；心理问题的表现形式；如何调适心理问题 | 2个小时 |
| 工作压力缓解 | 工作压力的来源；出现工作压力的几种表现形式；工作压力带来的危害；压力的释放和情绪调整 | 2个小时 |
| 恋爱婚姻家庭指导 | 婚姻焦点、婚姻经营学、家庭的概念、家庭问题焦点、和谐家庭的建立 | 2个小时 |
| 如何塑造阳光心态 | 健康心态的象征；如何面对困难与挫折；如何看待得与失；如何面对压力；培养阳光心态的基本法则 | 2个小时 |
| 心理咨询在管理中的运用 | 新生代员工的心理特点；心理咨询常用技术在谈话中的运用；冲突管理技巧；咨询技术在绩效面谈中的运用；咨询技术在员工激励中的运用 | 2个小时 |
| 问题员工识别与危机应对 | 如何预防企业内员工心理危机事件；如何增强员工职业幸福感；如何识别和初 | 2个小时 |
| 情绪管理策略 | 情绪的分类；不同情绪的表现；如何管理好情绪 | 2个小时 |
| 如何建立幸福感 | 什么是幸福感；如何建立幸福感 | 2个小时 |
| 人际关系类 | 建立良好的人际关系 | 成功的人际关系要点；几种常见的人际关系；如何控制自己的情绪；保持良好人际关系的艺术 | 2个小时 |
| 交往沟通技巧 | 沟通的基本原理和要素；沟通方法；提升团队合作精神；增进企业凝聚力 | 2个小时 |
| 管理者如何说，员工才会听 | 沟通的基本原理和要素；沟通方法；说的技巧 | 2个小时 |
| 形象类 | 职业女性形象与气质 | 魅力何来；职场女性如何做到内外兼修；女性在职场中如何学会调节个人情感；维护心理健康；职场女性如何展现自己的风采与魅力 | 2个小时 |
| 如何塑造女性魅力 | 树立形象新观念；根据身材穿衣原则；日常化妆技巧；色彩搭配；皮肤保养 | 2个小时 |
| 发型设计 | 头发发质的认识；认识脸型；不同发型的盘法 | 2个小时 |
| 化妆与美容 | 化妆品的种类；化妆的不同手法；如何化妆 | 2个小时 |
| 色彩搭配 | 认识色彩；色彩对人的影响；有效搭配色彩 | 2个小时 |
| 服饰搭配 | 认识服装与服饰；如何搭配服装 | 2个小时 |
| 科学护肤 | 皮肤的分类；不同肤质的区别；如何科学护肤 | 2个小时 |
| 丝巾搭配 | 色彩的认识；丝巾的分类；不同丝巾的系法 | 2个小时 |
| 五种身形之服饰搭配 | 认识不同的身形；如何搭配服饰 | 2个小时 |
| 彩妆造型 | 彩妆的认识；脸型特点；不同脸型适合的彩妆 | 2个小时 |
| 形象气质塑造 | 魅力何来；女性气质内外兼修；如何塑造个人特有气质 | 2个小时 |
| 闻香识女人 | 香水的类型；不同香水的作用；如何挑选适合的香水 | 2个小时 |
| 亲子教育类 | 做快乐高效的父母 | 亲子教育的秘诀；如何做快乐高效的父母 | 2个小时 |
| 中小学生家长教育 | 中小学生家长教育存在的问题及解决办法 | 2个小时 |
| 了解孩子，读懂孩子的内心 | 性格分析；行为分析；对待不同孩子的不同方式 | 2个小时 |
| 亲子教育 | 了解自己的孩子；父母与孩子互动游戏 | 2个小时 |
| 父母关系对孩子的影响 | 父母关系的种类；父母关系对孩子的重要性；如何建立有利孩子的父母关系 | 2个小时 |
| 如何与孩子沟通 | 不同年龄阶段孩子的需求；如何与不同年龄阶段孩子沟通 | 2个小时 |
| 青春期孩子的教育 | 青春期孩子的特点；如何与青春期孩子沟通交流 | 2个小时 |
| 女性健康类 | 女性健康知识之青年女性保健知识 | 青春期女性注意事项及基本常识；如何改善女性失眠所带来的不良影响；如何缓解心理压力,提高自身的免疫能力 | 2个小时 |
| 女性健康知识之疾病预防 | 女性常见疾病；预防知识；女性保健常识 | 2个小时 |
| 如何生育健康聪明的宝宝 | 什么是优生优育；怀孕前的准备；饮食的调理；平时应注意的问题 | 2个小时 |
| 常见疾病的预防 | 家庭常见疾病种类；家庭常见疾病的表现；如何处理常见家庭疾病 | 2个小时 |
| 二胎备孕攻略 | 怀孕前心理的准备；怀孕前身体的准备 | 2个小时 |
| 四维彩超究竟能让你看到什么 | 四维彩超的认识；如何看懂四维彩超 | 2个小时 |
| 顺产和剖宫产，你适合哪一种 | 顺产的利弊；剖宫产的利弊；顺产和剖宫产适合的人群 | 2个小时 |
| 意外怀孕了，这些行为会影响到宝宝吗 | 意外怀孕应注意的问题 | 2个小时 |
| 坐月子女人的“第二次生命” | 坐月子的重要性；如何坐好月子 | 2个小时 |
| 别把乳腺增生不当回事 | 乳腺增生的特征；如何看待乳腺增生 | 2个小时 |
| 乳腺癌的预防 | 乳腺癌的特征；如何自检乳腺；如何预防乳腺癌 | 2个小时 |
| 六分钟和乳腺癌说拜拜 | 认识乳房；乳房的日常保健 | 2个小时 |
| 孕前正确乳房保养 | 孕前乳房保养的重要性；如何保养乳房 | 2个小时 |
| 生二胎要做哪些孕前检查 | 孕前检查的重要性；孕前检查的项目 | 2个小时 |
| 1张血常规能查多种病 | 血常规检查的重要性；如何看懂检查结果 | 2个小时 |
| 孕检单告诉你宝宝的秘密 | 孕检单的内容；如何看懂孕检单 | 2个小时 |
| 宫颈癌的防治 | 风湿病的危害；风湿病的征兆； 如何预防风湿病 | 2个小时 |
| 更年期的防治 | 风湿病的危害；风湿病的征兆； 如何预防风湿病 | 2个小时 |
| 养生保健类 | “三高”疾病的预防及治疗 | 现代人引发“三高”的因素；“三高”日常饮食；“三高”病人日常生活应注意的细节 | 2个小时 |
| 颈锥病的治疗与预防 | 产生颈椎病的病因；常见症状；如何治疗；颈椎病的防治 | 2个小时 |
| 风湿病的防治 | 风湿病的危害；风湿病的征兆； 如何预防风湿病 | 2个小时 |
| 痛风的防治 | 痛风的危害；痛风的征兆； 如何预防痛风 | 2个小时 |
| 亚健康基础知识及预防 | 何谓亚健康；亚健康的症状；如何避免亚健康 | 2个小时 |
| 颈脊椎的保健技巧 | 颈脊椎构造；常见颈脊椎疾病；颈脊椎疾病的预防治 | 2个小时 |
| 营养保健 | 了解各种食物；了解不同节气对身体的影响；不同节气的营养保健 | 2个小时 |
| 如何保护关节 | 关节的重要性；关节的结构；如何保护关节 | 2个小时 |
| 急救类 | 家庭急救常识 | 家庭常见疾病；常见突发疾病前期症状；紧急救助手段 | 2个小时 |
| 徒手心肺复苏术及操作示范 | 心肺复苏原理；如何进行心肺复苏 | 2个小时 |
| 外伤的四大急救技术及示范 | 几种不同的外伤；如何处理外伤 | 2个小时 |
| 职业发展类 | 员工职业道德与爱岗敬业 | 职业道德与企业发展的关系；与人自身发展的关系；爱岗敬业是现代人立足于经济社会的根本 | 2个小时 |
| 职业规范与职业素养 | 工作纪律；事业规划；团队合作；交流；冲突处理；办公室礼仪；倾听；工作评价；会议；汇报工作；解决难题等 | 2个小时 |
| 企业常见应用文写作 | 计划、设备说明、操作手册、工艺流程、报表、工作总结、通知、报告等企业常用应用文写作；加强文字沟通能力 | 2个小时 |
| 如何提高工作效率 | 任务分解,统筹协调，时间管理，目标管理 | 2个小时 |
| 冲突处理 | 如何化解冲突；如何防止冲突发生 | 2个小时 |
| 高效时间管理安排 | 找出低效率的根源；提高时间效率的技巧；节省时间的方法；有效时间管理的计划与安排 | 2个小时 |
| 如何提高执行力 | 执行力概念；企业执行力的五个关键；提升公司执行力的几个关键 | 2个小时 |
| 如何成为优秀员工 | 安全第一；主动积极；学习进步；坚持目标；团队配合；感恩与理解 | 2个小时 |
| 职业生涯规划 | 职业生涯规划含义、如何进行职业规划 | 2个小时 |
| 创新思维 | 创新思维、心智绘图，在学习上发挥最佳思维，提高学习效率。打造出高效能的大脑 | 2个小时 |
| PPT制作技巧 | PPT制作的两大挑战；PPT制作的目标；为PPT选合适的风格；商业PPT整体构思的常见标准；视觉化你的PPT | 2个小时 |
| 演讲技巧 | 选好主题；组织内容；学会讲故事；要有幽默感；语言要生动；用声音征服观众 | 2个小时 |
| 培训师TTT培训 | 如何克服紧张；成人学习特点；培训实战技巧；讲师的表现力 | 2个小时 |
| 职业经理人素养提升 | 管理者的自我成长与突破；职业经理人心理素养提升；管理效率；管理者的职业规划到事业成长 | 2天 |
| 农民工职业心态 | 农民工的心态分析、农民工易发的心理问题、如何树立正确的职业心态 | 2个小时 |
| 农民工职业选择与求职指导 | 深圳劳动力市场分析；求职渠道；能力评估与职业分析；简历制作；面试技巧 | 2个小时 |
| 国学类 | 国学人格修炼 | 什么是国学；国学人格之儒家人格修炼；国学人格之法家人格修炼 | 2个小时 |
| 国学家庭与婚姻 | 什么是国学；国学五伦关系；国学亲子之道；国学夫妇之道 | 2个小时 |
| 国学与企业人性化管理 | 中国企业人性剖析；人的自然属性‘人的社会属性；人的职业属性 | 2个小时 |
| 国学经典讲解 | 国学传统理念；如何继承国学经典文化 | 2个小时 |
| 中华传统文化对礼仪的影响 | 中华传统文化对礼仪的诠释；中华传统文化礼仪的应用 | 2个小时 |
| 《论语》解读 | 学而时习之，不亦乐乎；行己有耻；修己安人；治国九经 | 2个小时 |
| 《大学》精华解读 | 大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善；大学之八端；大学之修齐治平；内圣外王之道 | 2个小时 |
| 《弟子规》做人之行为规范与行动守则 | 弟子入则孝，出则弟；首孝弟，次谨信；泛爱众，而亲仁；行有余力，则学文；勿以善小而不为，勿以恶小而为之 | 2个小时 |
| 《弟子规》讲解 | 《弟子规》语句讲解；《弟子规》对现代人的影响 | 2个小时 |
| 孙子兵法与人生智慧 | 孙子兵法所包含的成功智慧和方略 | 2个小时 |
| 道德经与人生智慧 | 道德经的基本思想及在实践中的应用技巧 | 2个小时 |
| 佛教与人生智慧 | 什么是佛教；佛教中包含了哪些对指导人生具有积极价值的哲学思想；佛教思想与其他传统文化的内在联系与区别 | 2个小时 |
| 《孙子兵法》解读 | 《孙子兵法》的解读 | 2个小时 |
| 孙子兵法与市场营销 | 孙子兵法在市场营销全过程中的实践应用方法和技巧 | 2个小时 |
| 孙子兵法与高效执行力 | 管理者如何发挥员工潜能，提高高效执行力 | 2个小时 |
| 生活艺术类 | 插花 | 识别花的种类；插花适用的种类；如何插花 | 2个小时 |
| 摄影基础 | 色彩识别；基本摄影技巧 | 2个小时 |
| 图片编辑和图片后期处理 | 图片编辑技巧；图片后期的处理技巧 | 2个小时 |
| 风光摄影 | 什么是风光摄影；风光摄影技巧 | 2个小时 |
| 演唱技巧 | 唱歌发声；发声技巧 | 2个小时 |
| 民俗歌曲演唱技巧 | 民俗歌曲的特点；民俗歌曲演唱的技巧 | 2个小时 |
| 通俗歌曲演唱技巧 | 通俗歌曲的特点；通俗歌曲演唱的技巧 | 2个小时 |
| 钻石及钻石的分级 | 钻石的分类；如何识别真假钻石；钻石的分级 | 2个小时 |
| 宝玉石分级 | 宝玉石的分类；如何识别真假宝玉石；宝玉石的分级 | 2个小时 |
| 翡翠的分级 | 翡翠的分类；如何识别真假翡翠；翡翠的分级 | 2个小时 |
| 珠宝编绳技巧 | 几种常见珠宝编绳工艺；现场编绳 | 2个小时 |
| 葡萄酒的分级 | 葡萄酒的种类；如何识别真假葡萄酒；葡萄酒的分级 | 2个小时 |
| 红葡萄酒的分级 | 红葡萄酒的种类；如何识别真假红葡萄酒；红葡萄酒的分级 | 2个小时 |
| 白葡萄酒的分级 | 白葡萄酒的种类；如何识别真假白葡萄酒；白葡萄酒的分级 | 2个小时 |
| 安全生产类 | 企业安全生产常识 | 安全知识培训的现实意义；提高安全意识是基础、杜绝不安全行为是关键 | 2个小时 |
| 消防安全常识 | 消防安全的重要性；消防安全要注意的地方 | 2个小时 |
| 用电安全常识 | 企业用电安全重要性；如何保证安全用电 | 2个小时 |
| 机械设备设施安全 | 机电设备设施的分类；不同设备设施安全常识 | 2个小时 |
| 危险化学品安全 | 危险化学品的分类；危险化学品安全常识 | 2个小时 |
| 职业病与常见病预防 | 常见的职业病及如何预防 | 2个小时 |
| 自主创业类 | 创业培训 | 为自己建立一个好的企业构思；评估市场；企业的人员组织；预测启动资金需求；制定利润计划；在深圳开办企业 | 2个小时 |
| 终身学习类 | 争做知识型、技能型职工 | 努力成为知识型、技能型职工；提高职业能力 | 2个小时 |
| 终身学习与人生发展 | 树立终身学习理念、建设学习型社会、争做知识型、技能型职工 | 2个小时 |
| 管理类 | 团队建设 | 团队的含义；团队的意义；建设团队的措施 | 2个小时 |
| 现场管理 | 现场存在的问题；如何改进现场 | 2个小时 |
| 如何推进QCC活动 | QQC的含义；QQC的重要性；如何提高QQC | 2个小时 |
| 80、90后员工管理 | 企业管理者常见的困惑；提高心理健康水平；学会情绪管理；提高沟通能力；掌握科学管理员工的技能；了解员工的心理特征；塑造员工的行为；了解员工的需求；减少员工的挫折感；如何做一名咨询式的基层管理者 | 2个小时 |
| 如何提高领导力 | 领导的范畴；领导的日常工作；如何提高领导力 | 2个小时 |
| 管理沟通 | 沟通的含义；沟通的方法与技巧；上下级如何沟通 | 2个小时 |
| 如何维系好客户关系 | 客户的定义；客户关系的维系 | 2个小时 |
| 客户投诉处理 | 认识顾客满意的内涵与重点、经营顾客心，剖析顾客不满意的来源、掌握顾客满意的窍门 | 2个小时 |
| 如何做一名优秀的班组长 | 班组长的日常工作；如何管理好班组 | 2个小时 |
| 班组长的角色认知 | 不同人心目中的班组长形象；班组在企业中的定位和作用；班组长的职责和权益；班组长的角色定位；了解领导的期望；通过团队努力提升班组长的绩效 | 2个小时 |
| 班组基本管理知识 | 管理的基本职能；管理的目的就是形成竞争优势；企业文化与班组文化的作用；PDCA管理法；木桶理论；来自海尔的OEC理论；标杆管理；ABC管理 | 2个小时 |
| 班组作业处理常识 | 班组生产作业计划的编制和执行；作业日报的管理；作业的处理方法；作业纪律要求；正确填写作业记录 | 2个小时 |
| 构建高效团队及班组激励 | 为什么需要激励；马斯洛的需求层次理论；XY双因素理论；公平理论；激励要对症下药；表扬、说服和批评技巧；班组人员配备；团队和谐与快乐；纪律制定和违纪处理 | 2个小时 |
| 班组安全管理 | 海因里希的事故因果连锁理论；班组长和班组成员的安全职责；班组安全生产的领导方法；作业条件危险性评价；班组安全预防工作 | 2个小时 |
| 班组长的自我超越 | 班组长必备的素质、技术与能力要求；突破自我发展的瓶颈；提高情商十分重要；制造业基层主管的职业能力提升计划；提升班组长的人员管理艺术 | 2个小时 |
| 如何做好生产计划与物料控制 | 物料控制基本知识；现场物料控制；物料的目视管理；不良物料的处理；生产用具的管理；出货与盘点 | 2个小时 |
| 班组标准化管理 | 标准和标准化的概念；标准化的效果；班组日常工作标准化；作业标准化；特殊工序管理 | 2个小时 |
| 班组设备管理 | 设备管理基础知识；设备的使用、点检、交接班和三级保养制度；设备管理程序；三好、四会、五；纪律要求；设备的目视管理和整顿清扫；发生不良状况时的处理方法 | 2个小时 |