

## 基于 DISC 性格密码解析的高效沟通

### 【课程背景】

真正的沟通不是“我已经说了，是他自己不明白，”而是要对方明白和理解，说对方明白的话才是整整的沟通！

为什么总是感觉沟通不畅？为什么总是无法避免沟通带来的各种损失？为什么只要沟通总是产生争吵？为什么会议总是无法按计划推进？为什么总是要重复沟通？那是因为没有根据人的个性做针对性的沟通，沟通的双方是人，只要人弄明白了，沟通自然就通畅了。通过解析性格密码，让沟通畅通无阻，从而提高工作绩效。

本课程就是要剖析自己、认知他人，并通过 DISC 工具的运用来提升管理沟通效果，以达到提升整个组织绩效的目的。

### 【课程收益】

- 深度的剖析自己
- 充分的理解他人
- 根据个性与他人有效相处
- 掌握个性化的沟通方式，提高沟通效果
- 掌握管理沟通中的核心规律与技巧
- 掌握针对不同性格员工的管理沟通技巧

### 【课程方式】

测试分析+情境训练+分组 PK+讨论互动+角色扮演+工具操作

### 【课程时长】

1-2 天（6 小时/天）

### 【课程对象】

企业中高层管理人员

### 【课程大纲】

#### 一、沟通的基本认知

##### 1、沟通认知与类型

- 沟通的定义

### 课堂互动：找到我自己

- 沟通的目的与作用
- 沟通的四种形态

### 课堂互动：沟通的秘诀

- 沟通的几种类别

## 2、沟通的障碍表现

- 倾听障碍

### 课堂互动：你听明白了吗？

- 表达障碍
- 反馈障碍

## 3、高效沟通的技巧

- 倾听的技巧

倾听的层次

倾听的要求

倾听的技巧

—心态转变的技巧：换位思考、尊重对方

—行为调整的技巧：口中有声、肢体呼应、点头微笑、眼神接触、手下留情

留情

—内容把握的技巧：抓重点、听情感、玄外音

- 表达的技巧

·表达的形式

·表达的要求

—明了准确

—简洁完整

—逻辑清晰

—感染力强

·表达的技巧

—以终为始

- 归纳概括
- 巧用公式
- 触发感官

#### ·课堂演练：如何高效表达

- 反馈的技巧
  - 反馈的形式
  - 反馈的技巧
- 反复确认
- 适当问答
- 积极有效
- 消除偏差
- 避免自卫
- 合理采纳

## 二、DISC 性格认知与解析

- 1、洞悉人性——DISC 四型性格解析
  - 性格解析的二维思路
  - 四型性格因子的基本特征
  - 洞察性格的内在动机和外在需求
  - 视频分析：科学的区分各种性格特质
- 2、DISC 性格测评
- 3、发现优势：掌握各种性格的优势
  - DISC 各种类型的个性优势
- 4、控制劣势：控制各种性格的不足
  - DISC 各种类型的个性不足

## 三、DISC 性格认知与沟通风格识别

- 1、什么影响了你的沟通风格
  - 每种性格类型都有独特的沟通风格
  - 每种个性都希望采用适合自己的沟通方式

- 根据对方个性采用相应沟通方式提高效果

## 2、识别四种沟通风格——支配型（D型）

- D型人代表人物及特质
- 视频点评示范
- 视频分解解析：出场、打招呼、汇报工作、互动、应对压力
- Dominance 支配型（指挥者）的工作特性
- 与“D”型人相处的五个基本原则

## 3、识别四种沟通风格——表达型（I型）

- I型人代表人物及特质
- 视频点评示范
- 视频分解解析：出场、互动、打招呼、应对压力
- Influence 影响型（社交者）的工作特性
- 与“I”型人相处的五个基本原则

## 4、识别四种沟通风格——和蔼型（S型）

- S型人代表人物及特质
- 视频点评示范
- 视频分解解析：出场、与人相处、面对压力、工作状态、如何保护大长

### 今S型的存在

- Steadiness 稳健型（支持者）的工作特性
- 与“S”型人相处的五个基本原则

## 5、识别四种沟通风格——分析型（C型）

- C型人代表人物及特质
- 视频点评示范
- 视频分解解析：出场、互动、汇报工作、面对压力
- Compliance 谨慎型（思考者）的工作特性
- 与“C”型人相处的五个基本原则

## 四、DISC 性格认知与高效沟通技巧

### 1、如何与不同性格类型的上司有效沟通

### 情境训练：如何向上申请资源？

#### 如何做好工作汇报？

- 与D型上司的沟通方式
- 与I型上司的沟通方式
- 与S型上司的沟通方式
- 与C型上司的沟通方式

### 2、如何与不同性格类型的同事和谐相处

#### 情境训练：如何做好工作中的协调与衔接？

- 与D型同事的相处方式
- 与I型同事的相处方式
- 与S型同事的相处方式
- 与C型同事的相处方式

### 3、如何与不同性格类型的下属有效沟通

#### 情境训练：如何向下布置工作？

#### 如何做好过程管控？

- 与D型下属的沟通技巧
- 与I型下属的沟通技巧
- 与S型下属的沟通技巧
- 与C型下属的沟通技巧

### 课程回顾与总结