

有效沟通能力提升训练

——管理者实现自我超越的经典课程

郭 云

培训对象：企业各级管理者，特别是新任中高层管理者

培训方式：结合学员实际情况，运用中外企业生动案例，采用模拟

游戏互动启发式教学，深入浅出，鼓励思考与质疑，

培训课时：1天（8小时）

主要培训内容：

一 对沟通的新认识

- 究竟什么是沟通？——基本定义
- 你的沟通能力究竟如何？——互动体验
- 沟通的成败取决于什么？——案例讨论
- 沟通的本质究竟是什么？
- 组织里沟通不畅的最大阻力在哪里？——总结提升

二 高效沟通的原则、方法与技巧

- 有效沟通的四个基本原则
- 高效沟通的重要方法-----努力做到 7 个 C
- 用金字塔法则为沟通保驾护航
- 如何确保制度措施落实执行到位？
- 如何对工作目标、要求、原则、规范达成共识？
- 如何向上级领导进行工作汇报、请示和提出建议？
- 如何争取同级部门的支持、协调和配合？
- 如何去引导与培养下属？-----你真的了解你的下属么？
- 指挥、布置、安排、说服的技巧
- 如何避免误解，如何处理冲突？
- 下属业绩不佳时，如何有效沟通？
- 对下属进行激励的几个有效方法
- 了解自己和下属的性格，对症下药

三 有效沟通与贡献意识

- 沟通不良是结果还是原因？
- 解决沟通不良最有效的药方是什么？
- 岗位职责的 4 个界定——哪个最重要？

- 管理者应如何寻找贡献的内容？
- 管理者应采取何种贡献的方式？
- 如何才能使组织获得最大绩效？
- 阻碍我们做出贡献的根本原因在哪里？
- 重视贡献的本质究竟是什么？
- 各级管理者应如何倡导贡献意识与文化？

四 情绪管理与减压技巧

- 什么是压力？
- 压力的来源分析
- 常用的解压方式
- 如何缓解压力调整下属情绪？ ---消除负面紧张情绪的方法
- 几个工作中快速减压小窍门
- 如何使压力产生积极作用