

《基于 DISC 的高效沟通》

讲师：隋海涛

课程纲要

【课程名称】 《基于 DISC 的高效沟通》

【课程背景】

戴尔卡内基曾经说过，一个人的成功，85%和他的专业知识经验技能没有关系，而和他的人际敏感度有关。一个人在职场工作三五年后，很可能已经掌握了该岗位所涉及的知识、经验和技能。但是，为什么有些人可以快速晋升，有些人却一直停滞不前呢？其中很重要的差异可能来自于一个人对他人的敏感度，人际敏感度决定了一个人与上司、下属、同事和客户等的关系如何。DISC 就是帮助你提高敏感度，了解自我与他人，从而达成高效沟通的工具。

本课程面向职场人士，通过提升人际敏感度，合理调适与人沟通的技巧，养成高效的沟通方式，让人与人实现更好的合作共赢。知己解彼、认知自我、理解他人。本课程通过科学的理论和测试，让学员能认清自己的行为风格特征，找寻内心真实的自我，从而客观评价自己的行为特点和团队特点，帮助您提升人际交往、沟通能力。

【课程收益】

- 快速识别他人行为风格，找到人与人之间的沟通密码；
- 正确理解他人行为，自我调节，与人和谐相处；
- 知人善用、凝聚团队；知己解彼、人际和谐；
- 专业 DISC 测评报告（可选），免费报告解读；

【授课方式】

理论讲授 30%、游戏互动 10%、工具讲解 30%、视频解读 30%

【课程对象】

企业各层级人员

【课程时长】

1 天，（6 小时/天）

【课程大纲】

模块一 学会观察，提升人际敏感度

1. 乔哈里之窗：认知自我的源头
2. 人际敏感度的重要性
3. 四种不同的人际沟通类型
4. 人际行为风格测评（普通版）

模块二 知己解彼，提升职场竞争力

1. 搞定强势老板，建立你的职场稀缺性
 - 1.1 与 D 型人沟通的痛点
 - 1.2 D 型人的特征和关注点
 - 1.3 与 D 型人沟通的方法
2. 赢得同事好感，成为一个有趣有料的人
 - 2.1 与 I 型人沟通的痛点
 - 2.2 I 型人的特征和关注点
 - 2.3 与 I 型人沟通的方法

3. 建立亲和力，学会支持别人的四大秘诀

- 3.1 与 S 型人沟通的痛点
- 3.2 S 型人的特征和关注点
- 3.3 与 S 型人沟通的方法

4. 把握细节和原则，职场快速留下好印象

- 4.1 与 C 型人沟通的痛点
- 4.2 C 型人的特征
- 4.3 与 C 型人沟通的方法

模块三 自我探索，塑造职场影响力

- 1. 什么样的人具有个人魅力
- 2. 调适自己性格中的不同特质
- 3. 凡事必有四种解决方案
- 4. 职场沟通的基石 - “我懂你”
- 5. 把团队的成员快速变成好搭档

模块四 善用优势，打造职场凝聚力

- 1. 优势社交，职场成功的关键
 - 1.1 善用 D 型特质和 C 型特质，让大家都信服你
 - 1.2 善用 I 型特质和 S 型特质，让大家都喜欢你
- 2. 准确定位，发挥优势
 - 2.1 找好团队，成就自我
 - 2.2 找到自己的位置

2.3 发挥自己的优势

3. 课程总结