

基于 DISC 的人际沟通

【课程时间】1 天

【适合学员】想要了解自己、了解他人，实现双赢沟通的人群

【课程概要】认识不等于了解。DISC 个性测验是国外企业广泛应用的一种人格测验，用于测查、评估和帮助人们改善其行为方式、人际关系、工作绩效、团队合作、领导风格等。本课程运用最通俗易懂的语言，多视频多案例的呈现方式，帮助学员进行 DISC 的自我探索，了解不同风格的职场特质，掌握利用 DISC 实现工作、生活双赢沟通的秘诀。

【课程大纲】

1、DISC 是什么

- 行为风格理论
 - ◆ 行为&情绪
 - ◆ 认识&了解
 - ◆ 付出&投入
- 人际敏感度的三个层面
 - ◆ 识别
 - ◆ 运用
 - ◆ 管理
- DISC 的基础
 - ◆ 游戏：行为的倾向性
 - ◆ 测评：发现你的风格
- DISC 的四种风格
 - ◆ D 支配型
 - ◆ I 影响型
 - ◆ S 稳健型
 - ◆ C 谨慎型

2、DISC 的知与行

- 看电影识 DISC
 - ◆ 视频：D 型风格
 - ◆ 视频：I 型风格
 - ◆ 视频：S 型风格
 - ◆ 视频：C 型风格
 - ◆ 探讨：电影中的哪些情节体现了 D、I、S、C
- DISC 的相处原则
 - ◆ 如何与 D 型人相处
 - ◆ 如何与 I 型人相处
 - ◆ 如何与 S 型人相处
 - ◆ 如何与 C 型人相处

3、DISC 的灵活运用

- DISC 如何应用在职场中
 - ◆ 案例：西游记团队
- DISC 如何应用在家庭生活中
 - ◆ 案例：一场意外的惊喜

注：实际课程会与课程大纲稍有差异。