
《有效沟通与人际关系技巧》

——DISC 人际关系训练营

课时：一天（6小时）

主讲：傅一声老师

- 500强企业培训师
- DISC性格分析国际认证讲师
- DISC国际双证班社群联合创始人
- 南通理工企业发展研究院副院长
- 大嘴堂联合创始人
- 青年畅销书作家
- 知名自媒体人，知识网红IP
- 百度/今日头条签约作家
- 微博签约自媒体
- 老师主要著作：《鱼塘式营销：小成本撬动大流量》《出众力》等。





上午：

破冰：九宫格游戏

第一章、为什么需要高情商沟通？

情商和智商哪个更重要？

性格对工作与生活的影响；

“我就是这种性格”，不可改变吗？

高情商的本质：理解自己+适应他人；

成熟的人有能力控制自己的行为 and 情绪；

认识不等于了解；

每个人身上都有 4 种性格特质；

没有优点，没有缺点，只有特点；

受人欢迎的性格特质+不可取代的专业能力；

把事情做好的同时，把关系处理好；

把幸福和成功的关键放在自己手上。

案例：神父打高尔夫的故事

互动：快速测试自己的性格

第二章、认识四种性格特质

为什么喜欢有些人，讨厌有些人？

说话很直怎么办？

DISC 性格分析的历史、前提、内核；

如何判断自己和他人的性格特质；

看视频学 D 型性格；

看视频学 I 型性格；

看视频学 S 型性格；

看视频学 C 型性格；

下午：

第三章、凡事必有四种解决方案

D 型性格的优势与劣势；

I型性格的优势与劣势；

S型性格的优势与劣势；

C型性格的优势与劣势；

贴标签-撕名牌-变形计；

破除“我就是这样的人”“他就是那样的人”；

所谓高情商，就是会说话！——“我懂你”

80后-90后-95后-00后沟通方法。

研讨：分析“我”的性情的优势与劣势

第四章、高情商的向上管理

如何与不同性格的领导汇报；

如何与不同性格的领导反馈；

如何听懂领导的意思；

与领导达成工作默契；

如何让领导用己所长，避己所短。

互动：自己的十条改进意见。

第五章、如何与同事沟通协作

团队成员如何做组合；

同事间如何打配合；

如何做到 $1+1>2$ ？

学会正确的表扬；

学会正确地批评；

破除“甩锅”难题。

案例：三国演义团队、西游记团队

第六章、高情商的销售沟通术

最实用的销售心理学；

快速读懂客户，对症下药；

如何搞定强势型客户；

如何搞定活泼型客户；

如何搞定和平型客户；

如何搞定完美型客户；

如何应对讨价还价；

实战互动：角色扮演客户还价。