
《出彩真我——性格分析》

培训师 杨森

【课程背景】

人类从诞生开始起，性格就逐渐形成，性格对于一个人的成才成功都有着重要的影响在我们的生活和工作中，你会发现我们如何与人沟通，如何解决冲突，这些方面都受到性格的影响。发现自己的性格，发现他人的性格特征，从而做好更好的沟通，提高工作效率做正确的事，发现自己的性格特点，真正的释放自己，减轻工作压力。进而从各种因素中培养自己的良好性格，把握成功。

英国版权课程：

性格色彩理论——Colour For People®出色真我

是一种简单易操作的性格测评模型，各种年龄阶段的人都能通过理解他人的性格来更好地与他们沟通。

利用橙色、绿色、蓝色和黄色这四种颜色来定义四种颜色基本的性格特征，Colour For People®使得人们能够以一种简单的语言来表达一种复杂的理论。

【课程受益】：

本课程详细介绍了性格分析的基本理论，基本工具的应用，结合企业的实际情况，融合教学、研究、实践、实务为一体，能令越来越多的员工关注内部沟通的重点，并从自身出发努力工作，提供服务，企业最终从中受益。

经过这次研讨之后，您将能：

1. 性格色彩的基础理论
2. 了解不同性格的重点特征
3. 学会分析沟通对象采取不同沟通策略原则
4. 学会通过性格的自我内省，释放工作压力

【课程目的】

学员通过学习，掌握不同性格的特点，提高沟通效率，提升工作效率，通过性格自我内省，释放工作压力

【课程特色】

- 1、大量生动案例启发深层次思考；充分互动激荡学员大脑，困惑碰撞和经验共享。
- 2、快乐学习，形式轻松活泼，理性反思自我。
- 3、内容实用，通俗易懂，现学现用。

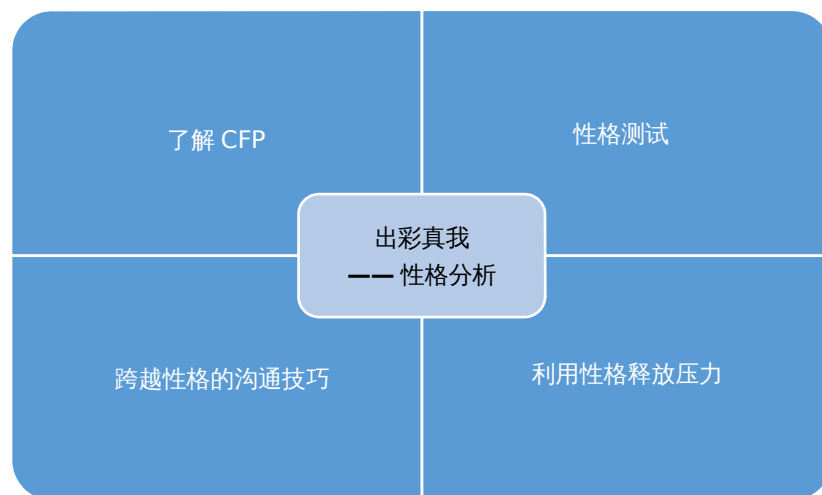
【课程形式】

- 1、理论讲授+案例分析+视频分享
- 2、小组讨论+经验分享+头脑风暴
- 3、实战演练+管理游戏+小组竞赛

【课 时】1天

【课程对象】：企业中层主管、普通员工、新进员工

【课程结构】



【课程大纲】：

第一单元 了解 CFP

本单元重点讲解性格对于人的重要性，介绍性格分析，并介绍 CFP 的由来

- 1、学会性格分析给我们带来什么

-
- 2、性格对人的影响
 - 3、了解自己，理解别人
 - 4、CFP 的由来
 - 5、色彩的联想

测试：理性与感性、感觉与直觉

第二单元 性格测试

本单元重点讲解色彩的性格含义，并进行性格测试，让我们了解自己的性格，解析自己的性格

- 1、色彩的性格含义
- 2、性格测试，自己是什么性格
- 3、解析，我是一个什么样的人
- 4、四种性格的基本特征
- 5、四种性格基本需求

测试：性格色彩

第三单元 利用性格释放压力

本单元重点讲解性格的本质特征，让我们在了解自己性格的基础上能认同自己的性格

- 1、性格描述，活回自己
- 2、四种性格描述——发现自己的需求
- 3、同侧冲突：理解自己的同事关系——领悟
- 4、相对冲突：理解他人——宽容
- 5、理解困扰——调整期望——放下

研讨：我是个什么样的人

第四单元 跨越性格的沟通技巧

本单元讲解跨越性格的沟通技巧，介绍一些基本技能来提高我们的沟通技巧

- 1、不适用消极的词汇以及带有否定内涵的词汇
- 2、强调对方能做的事情而不是被限制的事情
- 3、证明消极内容的合理性

4、将消极内容放在中间位置

5、微信沟通的小技巧

演练：积极表达演练