

《四维情商——人际交往与影响力塑造》

【课程讲师】 金毅峰

【课程时长】 1 天

【培训对象】 中高层管理者

【课程特点】

- 可视化测试系统：情绪看得见，全新培训思路和模型；
- 体验培训：运用体验式培训方式，提升学员们的参与度；
- 效果直观：结合方法和先进技术，证明培训效果有效性；

【授课方式】

- 全球领先的非权力影响力研究成果；
- *可视化情绪反馈仪器辅助，能让相关技巧的效果立竿见影；*
- 录像观摩及案例讨论；

【课程大纲】

一、组织人性洞察与人际交往

- 1、影视案例分析
- 2、分析：三个维度洞察组织中的人性
- 3、心理学验证：杜乡的微笑（1960，加州大学，科纳特和哈克）
- 4、应用：洞察组织中的人性，提升人际交往能力
 - (1) 表情

- (2) 微表情
- (3) 肢体语言

5、互动环节：情境下的人际交往能力

二、职场情商与影响力塑造

1、情绪情商的心身互动与作用

- (1) 身心纽带：紊乱的油门和刹车
- (2) 内分泌：是什么偷走了我们的活力
- (3) 劳苦功高的心脏：透过 HRV 看心脏活力

2、现场测试：“正能量身心健康管理系统”测试抗压能力和心脏活力

3、HRV 协调技术：情商修炼三步操

HRV 协调技术的方法与原理---管理情商，塑造影响力

4、心理学验证：监狱实验（1971，斯坦福大学，津巴多）

5、应用：转念法——改变对影响源的认知

三、非物质激励与影响力塑造

1、影视案例分析

2、心理测评：领取你的非物质激励行为风格色彩

3、测评分析：非物质激励行为风格与影响力塑造的关系

4、心理学验证：电击实验（1961，耶鲁大学，米尔格莱姆）

5、应用：不同非物质激励行为风格的影响力塑造锦囊

蓝色维度的非物质激励影响力塑造锦囊

绿色维度的非物质激励影响力塑造锦囊

黄色维度的非物质激励影响力塑造锦囊

橙色维度的非物质激励影响力塑造锦囊

四、心理资本与职场情商

1、影视案例分析

2、分析：心理资本模型的四个模块

- (1) 自信
- (2) 希望

(3) 乐观

(4) 韧性

3、心理学验证：小白鼠溺水（2004，内布拉斯加州大学，路桑斯）

4、应用：认知模式的形成

正念法：习得性希望与影响力塑造

5、心理资本提升，改善职场情商