

---

突围 2023，精品课程系列之十：

## 突围 2023——高效沟通之道

——快速提升沟通质量和提高工作高效之道——

### 一、课程收益：

- 1、边听边练、听完就会、会就能用、用之有效；
- 2、七个模块和 136 个技巧；
- 3、快速掌握更多实效的沟通技巧与方法；
- 4、让员工工作更快乐：敢讲话、会讲话、讲好话、话好听、人脉好、结果好；
- 5、让团队合作更有效：敢沟通、会沟通、沟有理、通有道、士气强、效果好；
- 6、让夫妻相处更美好：敢交流、会交流、关系好、气氛好、孩子乐、家庭好；

### 二、授课方式：

实战方法 + 录像观赏 + 角色扮演 + 案例研讨 + 专题互动 + 模拟演练

### 三、课程时间：

- 1、3 天 2 夜/2 天 1 夜/1 天 1 夜/1 天；
- 2、企业根据自己的实际情况挑选相应的模块，并确定培训用时；

### 四、课程概要：

#### 第一模块 学习心法开启高品质沟通

- 1、学习的 1 大目的
- 2、学习的 2 大方法
- 3、学习的 3 大心态
- 4、学习的 4 大方向
- 5、学习的 5 大步骤

总结：案例分析与具体运用

#### 沉淀与深化：

- 1、第一模块的学习心得与收获
- 2、第一模块培训后的自我改善与落地计划

#### 第二模块 高品质沟通的 8 种提升途径

- 1、沟通的本质：追求“上上策”的高效途径
- 2、沟通的步骤：如何消融对方的抵触情绪
- 3、沟通的深度：如何快速让别人倾吐内心的真正想法
- 4、沟通的声调：如何让自己充满感染力
- 5、沟通的精度：如何明确地表达自己的想法
- 6、沟通的维度：如何综合性地利用各种沟通形式
- 7、沟通的技巧：如何大幅提升沟通的效率

---

8、跨部门沟通：如何理顺利益纠葛问题

总结：案例分析与具体运用

**沉淀与深化：**

- 1、第二模块的学习心得与收获
- 2、第二模块培训后的自我改善与落地计划

**第三模块 高品质沟通的 37 种策略**

- 1、高品质人必备的 3 大特性
- 2、高品质沟通的 3 大效应
- 3、提高沟通品质的 3 大方法
- 4、高品质沟通的 4 个策略
- 5、高品质沟通中讨人喜欢的 5 种人
- 6、高品质沟通的 7 个问法
- 7、高品质沟通的 7 大信念
- 8、高品质沟通中会讲话的 5 大标准

总结：案例分析与具体运用

**沉淀与深化：**

- 1、第三模块的学习心得与收获
- 2、第三模块培训后的自我改善与落地计划

**第四模块 高品质沟通的 5 大核心**

- 1、高品质沟通的 1 大目的
- 2、高品质沟通的 2 大信念
- 3、高品质沟通的 3 大要素
- 4、高品质沟通的 4 大要点
- 5、高品质沟通的 5 大步骤

总结：案例分析与具体运用

**沉淀与深化：**

- 1、第四模块的学习心得与收获
- 2、第四模块培训后的自我改善与落地计划

**第五模块 高品质沟通的 4 个有效突破**

- 1、高品质沟通的 5 大流程
- 2、高品质沟通的 8 大准备
- 3、高品质沟通中的 5 大标准
- 4、高品质沟通中对方最想听到的 3 种话

总结：案例分析与具体运用

**沉淀与深化：**

- 1、第五模块的学习心得与收获
- 2、第五模块培训后的自我改善与落地计划

---

## 第六模块 高品质沟通中的两性关系改善 18 种策略

- 1、高品质沟通中良好两性关系建设的 4 大心法
- 2、高品质沟通中良好两性关系促进的 4 大策略
- 3、高品质沟通中良好两性关系必备的 5 种礼物
- 4、高品质沟通中良好两性关系必备的 5 种语言

总结：案例分析与具体运用

### 沉淀与深化：

- 1、第六模块的学习心得与收获
- 2、第六模块培训后的自我改善与落地计划

## 第七模块 高品质沟通中的亲子关系改善 18 种策略

- 1、高品质沟通中良好亲子关系改善的 5 种语言
- 2、高品质沟通中良好亲子关系必备的 4 个着力点
- 3、高品质沟通中良好亲子关系化解的 9 个契机点

总结：案例分析与具体运用

### 沉淀与深化：

- 1、第七模块的学习心得与收获
- 2、第七模块培训后的自我改善与落地计划