

《智慧处理人际关系》课程大纲

【课程收益】

- 1、用心理滋养的独特方式，与上级、同事进行灵魂沟通，领会什么才是最恰当的交际尺度，提升沟通力，传递正能量，增值个人魅力。
- 2、真诚地探索当代家庭婆媳关系的“雷区”，修复家庭关系裂痕，提升夫妻双方和谐幸福指数。

【学员对象】 企业管理者、全体员工

【授课方式】 讲解、案例解析、故事分享、经验分享、自我书写、冥想等

【课程时间】 3课时（半天）

【课程内容】

前言：

- 一、什么是人际关系
- 二、影响人际关系的因素
- 三、心理学家弗洛伊德的自我探索活动：自我、本我、超我

第一讲：智慧处理上下级关系

- 1、管理者与组织环境—自我发展—团队发展
- 2、刺猬法则——距离产生美
- 3、心理依附——当大家成为习惯，感受到离不开你
- 4、莱斯托夫效应——彰显自身的优势，让上级记住你

情景一：有效接受任务证明能力

- 1) 管理游戏：如何有效接受任务。
 - 2) 小组讨论：接受任务的沟通中遇到难题分析
 - 3) 工具应用：接受任务时候的上下之间的沟通步骤
 - 4) 角色演练：准确理解上司交代任务的关键标准
- 难题应答：

- 1) 上司交代的任务无法完成怎么办？
- 2) 没有资源如何有效完成任务？
- 3) 任务完成了但是老板却不同意怎么办？
- 4) 领导总是不断提升任务指标怎么办？

情景二：把自己的主张“销售”给上司赢得机会

- 1) 小组讨论：对上表达自己意见的障碍是什么？
- 2) 脑力风暴：我们是否要真实表达自己的意见？
- 3) 人际合作中的困惑：相互不理解 VS 立场/利益冲突
- 4) 确定“什么该说什么不该说”的原则
- 5) 赢得上司理解的关键因素分析
- 6) 案例讨论：如果我们这样做是否会更好？
- 7) 角色演练：把主张销售给上司的关键步骤

难题应答：

- 1) 上司不愿意接受我的合理化建议怎么办？
- 2) 上司不愿意纠正错误怎么办？
- 3) 上司不愿意说明决定的真实意图怎么办
- 4) 无法与上司达成共识怎么办？

第二讲：智慧处理同事关系

一、关心支持团队同事技巧

- 1、关心支持同事的三大原则
- 2、关心支持同事的三大技巧
- 3、关心支持同事的 10 种方式

二、满足团队同事的深层需求

- 1) 马斯洛需求层次论
- 2) 冰山理论
- 3) 钓鱼理论

第二讲：婆媳关系相处之道

一、婆媳关系取决于老公

- 1、不要有“天下无不是的父母”这个观念
- 2、从结婚那天起，请主动给自己断奶
- 3、别怕被他人扣上“不孝”的帽子就失掉做人的原则，并唯父母之命是从
- 4、请主动帮着老婆融入自己的家庭，而不是帮着家人排斥她
- 5、将做好人的机会让给老婆，将做恶人的机会留给自己
- 6、不要顾忌老妈会吃醋，便不敢在老妈面前表现出对老婆的尊重与关爱

二、婆媳关系，是两个女人必经的修行

婆婆的修行：

- 1、儿子可以随便批，媳妇还需慢慢管
- 3、大事擦亮眼，小事装糊涂
- 5、自立，手心向上不可取
- 7、媳妇可以支使，但也要心疼

媳妇的修行：

- 1、过了门，小脾气就该收敛了
- 3、人前只道婆婆好，传进耳朵也不怕
- 5、经济独立，不做婆婆眼中的“啃老族”

- 2、以前的儿子自己管，现在的儿子媳妇管
- 4、习惯不同，就相互包容
- 6、引领时代潮流，婆婆也得懂时尚

- 2、想取悦婆婆，先从她身边的人“下手”
- 4、花钱要仔细，尤其是在婆婆面前
- 6、别莫名其妙当上挑拨母子关系的“罪人”