



《DISC与职场沟通》

周海博 2022

课程背景：每个人都是经过数十年岁月的雕刻而成，有独特的个人特质，如何快速的了解对方的行为风格，性格特质，是沟通，谈判，交流的重要前提。近年来，对性格的研究理论越来越多，各有特色，但要论理论精简，判断准确，应用快捷的角度，DISC无疑是最理想的工具。通过集体学习DISC，可以帮助组织快速在内部建立通用语言，提升沟通效果，改善彼此信任，提高管理效率，加强自我成长，绝对是物超所值的培训选择。

课程目标

- 1) 了解DISC的基本知识，不同性格的类型特点
- 2) 快速识别他人的行为模式，并针对性的沟通和影响
- 3) 如何通过DISC帮助员工发掘优势，建立自信

课时长度：6 个小时

学员要求：储备干部、骨干员工、基层管理者

课程优势：培训师是二级心理咨询师，心理学硕士，有大量企业内部沟通和应用实践，采用讲授加研讨活动等方式，更深的理论基础，更真实的应用场景，帮助学员真正掌握 DISC 理论并能够应用。

课程大纲

第一章：DISC 的起源

- 什么是 DISC
 1. 古希腊体液学说
 2. DISC 的出现与应用
- 行为风格是如何形成的
- DISC 行为风格学说的特点与优势
- 初识 DISC
 1. 决策维度
 2. 关注维度

第二章：DISC 性格详解

- D：指挥型
 - 风格特点与识别技巧
 - 代表人物与沟通方式
 - 自我成长的发展建议
 - 学员分享

- I：影响型
 - 风格特点与识别技巧
 - 代表人物与沟通方式
 - 自我成长的发展建议
 - 学员分享
- S：支持型
 - 风格特点与识别技巧
 - 代表人物与沟通方式
 - 自我成长的发展建议
 - 学员分享
- C：分析型
 - 风格特点与识别技巧
 - 代表人物与沟通方式
 - 自我成长的发展建议
 - 学员分享

研讨活动：我的风格声明！

第三章：DISC 深度解读

- 混合型的特点和分类
- DISC 与人生选择决策
- DISC 内在与环境的区别和转化
- DISC 各型防御模式

活动：性格识别小测试

第四章：DISC 职场应用

- 如何与不同风格的领导沟通？
- 面对不同风格的下属该如何管理？
- 如何影响不同风格的跨部门同事？

研讨活动：案例讨论与演练

课程总结