
最好的职场沟通

一. 针对问题：

1. 沟通的目的不清晰，或即使清晰，但经常事与愿违；
2. 不懂得沟通的原则，疏忽了沟通对人际关系的影响；
3. 俗话说：准备好了，就成功了一半。沟通也不例外；
4. 沟通是有层级的，处于职场的你，属于哪个层级呢？
5. 我们经常会碰到沟通困惑，不知所措，该如何是好？
6. 要想沟通理想，需要讲究三个守则，你都遵守了吗？
7. “语言、文字和肢体”三种沟通方式，你做得如何？
8. 对上级、平级和下级，应如何合适地沟通达成效果？
9. 沟通有2大途径，你都清楚并会合适地运用熟练吗？
10. 什么情况下采用非正式沟通？何时转为正式沟通？
11. 沟通有没法则可以遵循？何人参与？并激发有效？
12. 沟通的艺术是什么？是否根据性格、关系、交情？
13. 沟通有哪常见的三大障碍？应该如何改善或化解？

二. 学习收获：

1. 沟通原来不简单；
2. 职场沟通多顺畅；
3. 生活沟通少烦恼。

第一讲、沟通的目的

一、沟通不是说来说去

二、沟通要用心建立关系

三、沟通主要有四大目的

第二讲、沟通的重要性

一、沟通对人际关系的影响

二、沟通的最佳原则

三、慎始才能善终

第三讲、沟通前的心理准备

一、首先提醒自己“先说先死”

二、最好能确保“说到不死”

三、对方听得进才不会去死

第四讲、沟通的三种层次

一、沟而不通

二、沟而能通

三、不沟而通

第五讲、沟通的基本框架

一、两难是出发点

二、用兼顾来突破两难

三、最好兼顾到合理的地步

第六讲、沟通的三大守则

- 一、我告诉你这些话，请你不要告诉别人
- 二、你若要告诉别人，就不要说是我说的
- 三、如果告诉别人是我说的，我一定否认

第七讲、沟通的三种方式

- 一、文字沟通
- 二、语言沟通
- 三、肢体沟通

第八讲、沟通的流动方向

- 一、上行沟通
- 二、平行沟通
- 三、下行沟通

第九讲、沟通的两大途径

- 一、直接的沟通
- 二、迂回的沟通
- 三、交互使用

第十讲、非正式沟通

-
- 一、非正式意见的种类
 - 二、善用非正式沟通
 - 三、导向正式沟通系统

第十一讲、沟通的法则

- 一、确定问题要点
- 二、寻求相关人员参与
- 三、激发有效的行动

第十二讲、沟通的艺术

- 一、了解对方的言默之道
- 二、记住交浅不可以言深
- 三、以情为先来通情达理

第十三讲、沟通的可能障碍

- 一、发讯人的障碍
- 二、受讯人的障碍
- 三、讯息的障碍

周敬恩

2024、1、2