

《管理者亲和力塑造之同理心沟通》

【课程特色】

本课程是以心理学及情绪训练技术为核心的沟通课程，具备三大特色：

- 1、深度体验：课程设计了大量深度体验练习环节，让学员在深度心理体验中感受和掌握沟通技巧；
- 2、实战训练：课程以情景模拟为主，让学员在对话模拟中发现和修正问题，提升沟通能力与影响力；
- 3、工具应用：课程提供大量的应用工具与方法，有效帮助学员实现行为的落地与学习效果的转化；

【课程收益】

- 一、掌握同理心的正确运用方法，建立和谐人际关系；
- 二、学会识别沟通对象语言中的事实、感觉与需要，提升沟通效率；
- 三、学会非暴力沟通的表达与倾听方式，有效影响他人；
- 四、掌握情绪转换技术，帮助他人转换情绪频率，消除沟通中的负面因素；
- 五、掌握激活积极情绪的方法，调整他人的沟通状态；
- 六、培养积极沟通心态，转换沟通式，传递正能量，构建组织的情绪资本。

【课程大纲】

第一模块：人际沟通与情商影响力

“心”时代特征

人际沟通与情商影响

人际影响的障碍

随心而变，构建影响力

第二模块：人际影响的核心能力

人际影响的共情能力：同理心

同理心产生的原理

同理心的三个层次

沟通障碍理论

心电磁场理论

情商理论

体验活动

课堂练习

第三模块：同理心沟通的基本方法

同理：认知事实

观察：观察他人的判断

澄清：澄清他人的事实

反观：反观自己的判断

探询：探询自己的事实

同心：感受情绪

体察：体察他人的情绪

回应：回应他人的感受

静观:静观自己的情绪

表达:表达自己的感受

同频:需求意图

洞察:洞察他人的需要

确认:确认他人的需求

内观:内观自己的需要

请求:提出自己的需求

回应感受的方法

表达感受的方法

确认需求的方法

提出请求的方法

情景模拟课堂练习

第四模块：课程总结

影响力与影响圈

用心的力量，经营身边的和谐

行动计划

沟通障碍理论

心电磁场理论

情商理论

体验活动

课堂练习