

18 堂课成为沟通高手，让你的人际交往游刃有余

(1) 开头介绍

你是否有同样的困惑和烦恼：

和陌生人交流不知道怎么开口担心把天聊死？

跟领导同事沟通总是费力却得不到高效反馈？

向家人表达关心却总是词不达意不欢而散？

.....

“人生的困扰，十之八九都出在人际关系；

而人际关系的困扰，十之八九都是因为沟通出了问题。”

掌握熟悉沟通的工具，才能在交流中抛弃不适，自信满满；

掌握多元的沟通方式，才能成为高情商大师，达成高质量人际关系的成就。

跟着李爱华老师探索多元沟通和人际交流的艺术，熟练和生人沟通的方法，在生活中摆脱“社恐”、掌握和同事沟通的技巧，在职场中稳步前进、学会表达爱的方式，在家庭中收获和谐，把游刃有余的人际交往把握在自己手中！

(2) 主讲人简介

李爱华

中国人民大学商学院、财政金融学院、继续教育学院《领导法则与艺术》、《管理沟通》课程主讲教师；北京大学国际 EMBA 中心、国发院、经济学院《高绩效组织领导力》特约客座教授，企业关键人才培养项目特聘专家。

《攻略:让营销队伍脱胎换骨》、《透明时代领导的沟通艺术》作者

(3) 你会获得

针对 3 大类人群的沟通方法；

生人、同事、熟人……

12 个方法论各个击破沟通交流障碍点；

沟通的三杯茶、神奇表达田字格、跨部门协调五步走、团队列名法……

21个口头禅快速记忆沟通诀窍；

沟通在于设计、信任是基础，尊重是核心、我懂你懂我……

更加针对有效的沟通方式，更自信的生人社交、更高质量的职场交流、更和谐的熟人关系。

(4) 课程特点

方法论+口头禅，快速记忆沟通交流知识点；

结合现实生活场景和真实案例，即学即用；

课后练习，巩固知识点，实践沟通工具；

内容充实，深入浅出，鱼渔兼授，幽默风趣；

理论+实际，18节课打开沟通大门，找到沟通关键，成为沟通高手！

(5) 课程大纲

1. 开启沟通之旅，打开沟通大门
2. 2. 掌握“套近乎”的艺术，和陌生人有话聊
3. 沟通的三杯茶，让你和同事的沟通更加有效
4. 和亲人沟通，你会爱的正确表达方式吗
5. 你了解沟通对象吗
6. 跨部门协调五步走，构建真正有效的跨部门沟通
7. 学会汇报工作，成为职场中不可替代的人
8. 良好的上下级沟通，让管理更顺畅
9. 特权设计，让员工更有活力
10. 目标明确，让沟通不被情绪干扰
11. 沟通的黄金法则，助你成为高情商沟通高手
12. 了解对方利害关系，达到更高沟通情境
13. 信任沟通三原则，提升表达力和信服力
14. 掌握呈现技巧，在职场中展现才华
15. 学会六顶思考帽，快速化解矛盾和冲突
16. 团队列名法，助力会议完美呈现
17. 不被情绪污染，让非暴力模式真正提高沟通质量
18. 知识点复盘，今天你学会沟通了吗？

(6) 适合谁听

被“社恐”困扰，想提高面对陌生人时的社交能力的人；

不管是领导还是员工，想让职场生活变得更高质高效的人；

关爱满满但说出口就变味儿，想和家庭成员通过沟通解决矛盾升温感情的人；

习惯了当下的“人机关系”，想重新掌握“人际关系”的人；

对人际沟通的方式方法存在疑虑，想要精进沟通之道，成为沟通高手的人。