**心理学应用系列**

**《九型人格知己知彼—提升自我认知和人际关系的能力》**

**课程费用：**3600元/人 （含培训费、教材费、场地费、午餐、茶歇费及税金）

**参训对象：**期待提升团队非职权影响力的企业高管、企业界精英、创业CEO；

期待与客户与供应商保持良好的关系，提升进一步拓展市场，发展事业的人员；

期待与事业合伙人达成共识，进一步实现人生梦想的人员；

期待拥有更好的人际关系的人员；

对自我探索和成长有要求的人员。

**课程地点：**上海

**课程时间：**2天

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 第一期 | 第二期 | 第三期 |
| 3月12-13日 | 7月30-31日 | 12月25-26日 |

**课程背景：**

* 你想精准了解自己是个什么样的人吗？
* 你想在职场上知己知彼、有效沟通吗？
* 你想与家人融洽相处，懂TA的心思吗？
* 一个“懂”字乌云散，九型人格和谐一生；
* 九型人格显示不同的人拥有不同的心智模式和行为模式；
* 就像一个人性地图，是你理解自己和他人的GPS导航。

**课程收益：**

1. **知己知彼：**通过九型人格性格类型测试和OH卡，深度分析自身和他人的性格特征、优缺点及性格差异，促进自我认知，也促进对他人的了解。
2. **有效沟通：**懂得尊重人与人之间的差异、进而利用差异的奥秘，实现部门无障碍沟通，降低摩擦、求取双赢，并推动工作、业务、管理等方面的高效产出。
3. **换位思考**：能够让部门每一个员工发现除了自己的个性之外，还有很多和自己不同的价值观和个性，从而走出自己的固有视角，接受别人与我们的不同，以更开放的心态来与同事们互动。
4. **和谐团队：**掌握跟不同个性的同事相处的要点，避开对方“沟通地雷”，获得和谐的沟通结果，拓展人脉资源，全面提升人际关系。
5. **效率提升：**了解自己在职场中追求什么，看重什么，自己的工作效率取决于什么，自己的精力如何管理和恢复，从而有效提升工作效率。
6. **行动方案：**制定操作性强的“个人定制行动方案”，帮助我们变身充满魅力的沟通达人。
7. **家庭幸福：**了解亲密爱人的性格模式及深层心理需求，懂得如何表达爱，找到幸福家庭的匹配度与相处模式，增进家庭成员(父母/子女)之间的理解，提升幸福指数。

**学习方式：**

财富百强企业的圆桌型情景式课程，包括方法讲授、案例研讨、情景演练、角色扮演、点评辅导、开放式讨论、练习与分享等多种方式。

**课程反馈：**

* 通过课程的学习了解了自己的主型人格，知道了需要改进的方向。同时也开始留意身边朋友的人格特征，为人际关系提供了更合适的沟通方式。

 ——陈女士

* 通过课程的学习帮助我更好的了解自己，对于我平时的工作和生活有很大的帮助，可以建立更好的人际关系。

——沃楷胜 马先生

* 通过课程的学习深度认识自我；了解九型体系；明确成长方向。

——上海外高桥造船有限公司 彭部长

* 通过课程的学习，我有了三点改变，一是原来的我面对他人，是包容但是不能理解对方，现在可以理解对方进而包容对方；二是发现真正的自己，勇于面对好的和坏的那一面，让我自己更接纳自己和乐观看待自己；三是明白自己的命，让我反思和不逃避。

——福建理工学校 齐先生

 **课程大纲：**

**破冰互动---打开心理防御，建立安全私密的学习小组氛围。**

**模块一：九型人格的三大中心**

1. 能快速帮助你识人的心灵地图-九型人格
2. 互动环节：九型人格快速测试
3. 注重感觉的感觉中心、注重安全的思维中心、注重掌控的身体中心三种类型
4. 感觉中心三种人格（2号助人型，3号成就型，4号艺术型）共同特征详解：职场中追求关注与认可的人，他们的感受永远敏锐
5. 思维中心三种人格（5号理智型，6号疑惑型，7号活跃型）共同特征详解：职场中追求安全与确定的人，未来不确定既是焦虑
6. 身体中心三种人格（8号领袖型，9号和平型，1号完美型）共同特征详解：职场中追求掌控与主导的人，他们的愤怒蕴含力量

**模块二：九型人格的九种主型**

互动环节：你哪几个型号高？哪几个型号低？请重点关注的型号

1. 职场助人型2号特性详解和行为模式
2. 职场成就型3号特性详解和行为模式
3. 职场艺术家4号特性详解和行为模式
4. 职场研发型5号特性详解和行为模式
5. 职场疑惑型6号特性详解和行为模式
6. 职场开心果7号特性详解和行为模式
7. 职场领袖型8号特性详解和行为模式
8. 职场润滑剂9号特性详解和行为模式
9. 职场完美型1号特性详解和行为模式

**模块三：洞见自己与他人**

1. 互动环节：OH卡游戏互动
2. 团队每个人九个性格特质的分布状态与行为特点详细解析
3. 互动环节：现场人格访谈、与老师对话答疑
4. 洞见团队每人的职场天赋优势及目前局限性
5. 互动环节：目前职场的优势及瓶颈总结

**模块四：有效沟通与团队协作**

1. 掌握与九个不同人格的人沟通的技巧
2. 强化理解“九个不同人格的沟通地雷”
3. 对于目前团队每一个人的沟通要点的详解
4. 互动环节：团队每个人制定《行动计划书》

**模块五：九型人格三种副型**

1. 九型人格三种模式：自我生存型、社会关系型、亲密关系型
2. 互动环节：九型人格三大模式快速测试
3. 互动环节：你哪个类型是最高的主导模式？哪个类型是最低的最弱模式？
4. 追求持续的发展与稳定的收入的自我生存型，特性详解和行为模式
5. 追求在团体中的归属感与影响力的社会关系型，特性详解和行为模式
6. 追求工作的兴奋点和新鲜体验的亲密关系型，特性详解和行为模式
7. 互动环节：猜猜看--判断以下属于什么模式

**模块六：副型与工作效率提升**

1. 三种不同模式恢复精力的方式
2. 三种不同模式在工作中被激发高效状态的方式
3. 你的主导模式类型带给你的高效率时刻
4. 你的最弱模式类型使你工作效率低下的原因：

单打独斗的怀才不遇型、好大喜功的不落地型、按部就班的缺乏冲劲型

**模块七：现场职场案例解析**

1. 总结出目前职场有难度、有代表性的核心沟通难题，包括团队内部及外部客户的沟通
2. 互动环节：现场沟通演练与点评
3. 现场匹配度分析：怎样根据不同的型号找到匹配的职场搭档
4. 行为转化的四个阶段
5. 如果团队有需要，可以适当提示一些家庭沟通的要点。
* **运用的工具：**
1. **心灵地图-九型人格**

九型人格学是一个有2000多年历史的古老学问，走进九型人格，你就会发现“人”的秘密，帮助我们“知已知彼，百战百胜”。这套学问被广泛的应用到个人成长、婚姻、亲子关系、企业管理、销售技巧、心理辅导等诸多领域，还进入了高校作为选修课。



1. **心灵图卡--OH卡**

「投射」是一个人将内在生命中的价值观及好恶，影射到外在世界的人、事、物上的心理现象。在专业的心理学领域内，就有这样一种工具，通过投射原理帮助我们找出隐藏在意识背后的潜意识 —「OH卡」，又称“潜意识投射卡”，因玩的人经常发出“OH！My God！”的呼声而得名。

OH卡模糊的画风呈现，使得每一张卡在不同的人的眼中延展出不同的样貌，每个人对卡牌本身的解读各不相同，映照出内心世界的千人千面，潜意识进而浮现出来。OH卡由88张图卡和88张字卡组成，我们可以用它，发挥自我探索、知己知彼、情绪调节等作用。

**讲师介绍： 槐玲玲老师**

* 人课合一卓越五期明星培训师
* 大学专业应用心理学学士
* 专业发展教育心理学硕士
* 国家二级心理咨询师
* 注册国际职业培训师
* 企业一对一高管教练
* 高级心理测评解析师

**背景介绍：**

1. **职场经验：**
* 培训与咨询从业16年
* 心理学实践经验25年
* 曾任百合网情感心理顾问
* 曾参与创建企业大学“报喜鸟商学院”
* 曾负责“道和商学院”企业大学培训
* 复旦同济等著名高校MBA特约讲师
* 超过2500场培训，超过2400小时咨询
1. **特色与效果：**
* 槐老师具有科班心理学专业背景，从2000年学习心理学至今共计25年，一直在从事心理学的学习与应用，理论体系扎实深入。
* 槐老师具有丰富的培训师经历，从20007年开始从事培训师工作，9年企业内部培训经验＋9年自由商业讲师经验，共计18年。为多个行业提供培训，其中为电力、服装、金融等行业提供深入的咨询与培训，实践经历丰富。
* 槐老师具有深入解决问题的能力，从事心理测评师、心理咨询师、企业高管一对一教练、商学院培训经理、职业经理人等多种职业经历中，始终致力于心理学与企业的有机整合。运用心理测评＋一对一咨询＋高管教练＋团队盘点＋企业培训＋落地辅导的系列服务，保证落地效果。
* 槐老师具有饱满的培训热情，一生立志于“用心理学让企业高效，让企业幸福”。且具有专业性强、点评答疑精准、案例贴近现实的授课风格，易引起学员共鸣并融入课程，能带给学员干货和收获，培训满意度全部90%以上，很多在95%以上。
1. **擅长领域**
* 精神分析学派（心理动力学）
* 认知行为疗法
* 九型人格三阶段
* 潜意识心灵图卡OH卡
* 短期焦点疗法

**书籍、音像制品：**

1、《心理学在职场和生活中的应用》 书籍在编

2、《内隐与外显不一致自尊与自尊稳定性的关系》 核心学术期刊《心理科学》

3、《初中生成就动机与自尊的相关研究》 核心学术期刊《中国健康心理学杂志》

4、《从零学九型》 微课专栏《槐玲玲聊心理》

1. **服务过企业（部分）**



1. **部分授课花絮：**

**报名表格：**

课程名称：《九型人格知己知彼—提升自我认知和人际关系的能力》

上课时间：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 课程费用：3600元/人 上课地点：上海

|  |  |
| --- | --- |
| **公司名称：** |  |
| 公司地址： |  |
| 联系人： |  | 电话： |  |
| 性 别： |  | 传真： |  |
| 部门及职务： |  | E­-mail： |  |
| 参加人姓名： | 部门及职务 | 手 机： | E­-mail |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| **您的其他要求和相关说明：*** 付款方式：□现场交课程券 □课前汇款 □其他
* 预定宾馆：□需要 □不需要 住宿标准及预算要求
* 预定票务：□需要 □不需要 车次或航班要求
* 其他要求：

**听课须知：*** 案例式教学，小班授课，限招35人；
* 以报名先后顺序为准，满班后的报名学员自动转为下期。
 |