

# 方案概述

## 方案内容:

支持 20 页 *Everything DiSC Workplace*® 测评报告的三个培训模块和可选择的类型解读活动、引导者指南、PowerPoint®演示文稿、测试者讲义和视频。

## 方案介绍:

*Everything DiSC Workplace* 帮助人们

- 了解他们的 DiSC®类型。
- 理解他们对同事的反应。
- 建立更有效的工作关系。

---

## 模块 1: 了解你的 DiSC®类型

---

**时长:** 90 至 120 分钟

**活动:**

- 个人
- 小组
- 大组

**材料:**

- 讲义 1.1
- 讲义 1.2
- 活动挂图和记号笔
- *Everything DiSC Workplace* 测评报告: 2-6 页

**目标:**

- 了解 DiSC 模型和 *Everything DiSC Workplace* 图示。
- 识别你的类型并探索你的工作优先性。
- 探索 DiSC 类型之间的相似性和差异性。

**活动描述:**

测试者体验 DiSC 模型框架，并观看一段介绍模型的视频。让他们了解自己的类型、他们的优先性如何影响其行动，以及了解他们的激励因素和压力因素。然后创建一个关于他们类型的“生活中的一天”活动挂图说明，与大组分享。最后，反思他们学到的内容并写下他们想要记住的东西。

接下页



---

## 模块 2：理解其他类型

---

时长：90 分钟

**活动：**

- 个人
- 2 人一组
- 小组
- 大组

**材料：**

- 讲义 2.1
- 讲义 2.2
- 绿色和黄色贴纸
- 活动挂图和记号笔
- *Everything DiSC Workplace*®  
测评报告：8-11 页

**目标：**

- 了解你对不同 DiSC®类型的反应。
- 识别与每种类型共事时什么适用于你，什么对你构成挑战。
- 使用 DiSC 模型了解与你共事的人。

**活动描述：**

测试者观看介绍四个人物的视频片段，讨论与每种人共事的好处和挑战。测试者根据 DiSC®类型分组，每组分配一个与他们的 DiSC 类型相反的视频人物。让他们记录与这种类型的人共事的困难和好处。然后给每组分配一个与他们的 DiSC 类型一样的人物，再做同样的活动。每组向大组介绍其记录的内容，测试者使用这些信息完成他们的讲义。最后，使用贴纸在每个活动挂图上标识他们认为最难相处的性格特征和最容易认同的性格特征，并与大组一起讨论。

---

## 模块 3：建立更有效的关系

---

时长：90 分钟

**活动：**

- 个人
- 2 人一组
- 小组
- 大组

**材料：**

- 讲义 3.1
- 讲义 3.2
- *Everything DiSC Workplace* 测  
评报告：12-16 页
- 空白便签卡

**目标：**

- 学习他人如何利用 DiSC 弥合他们之间的分歧。
- 练习使用 DiSC 建立更有效的工作关系。
- 写一个建立更有效关系的行动计划。

**活动描述：**

测试者观看视频片段，视频中会有同事们描述他们与每种 DiSC 类型的人共事时遇到的挑战，以及他们克服这些障碍所采用的策略。然后学习针对特定类型的同事制定个性化的策略，以与其建立更有效的关系。测试者选择一个整体策略，写一个在工作场所中使用的行动计划。

接下页

---

### 可选活动：类型解读

---

**时长：**30 分钟

**材料：**

- 类型解读讲义
- 准备用于计分的活动挂图

**目标：**

- 学习一种称为类型解读的方法。
- 培养根据人们的行为识别他们的 DiSC 类型的技能。

**活动描述：**

测试者学习如何利用类型解读识别其他 DiSC 类型，然后参与一个竞争性的团队比赛活动，通过观看视频片段来练习这种方法。