

了解他人的需求和情感

制作人：黄老师
时间：2024年X月

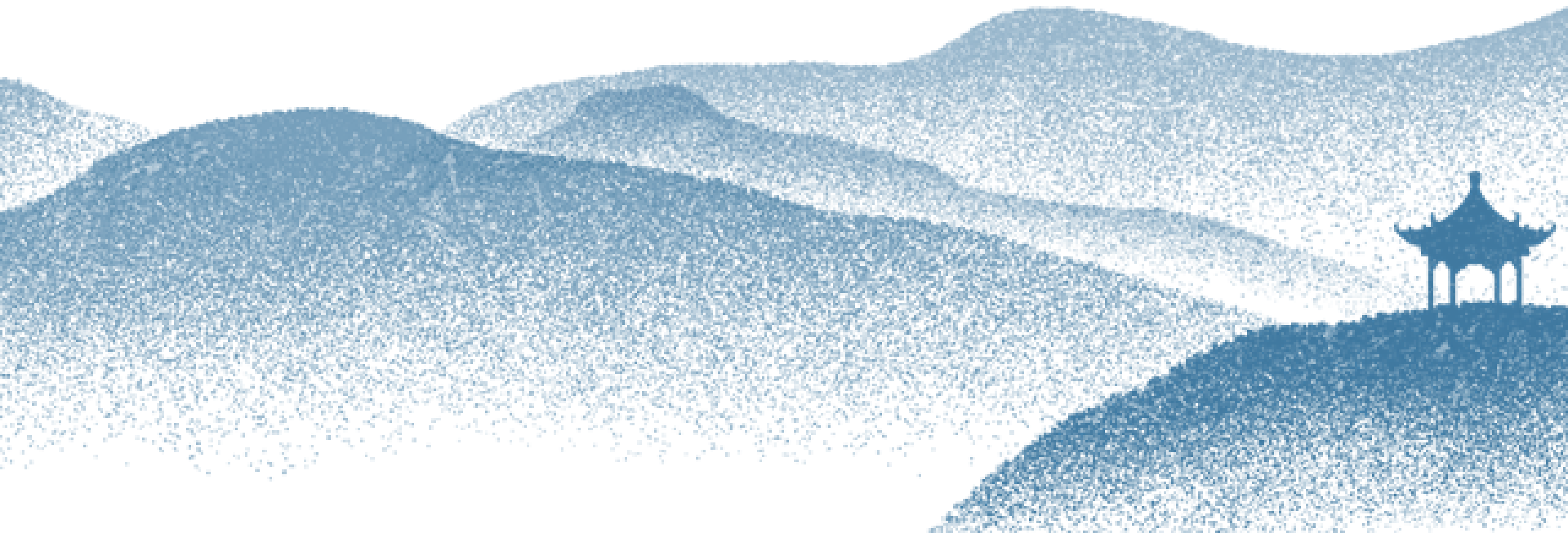
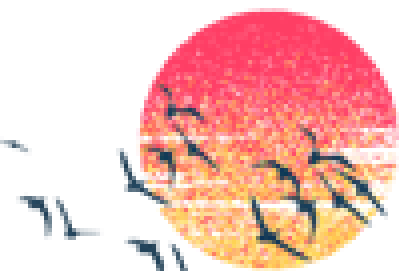


目 录

- 第1章 引言
- 第2章 实践技巧
- 第3章 同理心的概念
- 第4章 同理心的作用
- 第5章 同理心的培养
- 第6章 同理心的实践与应用
- 第7章 章节名
- 第8章 章节名

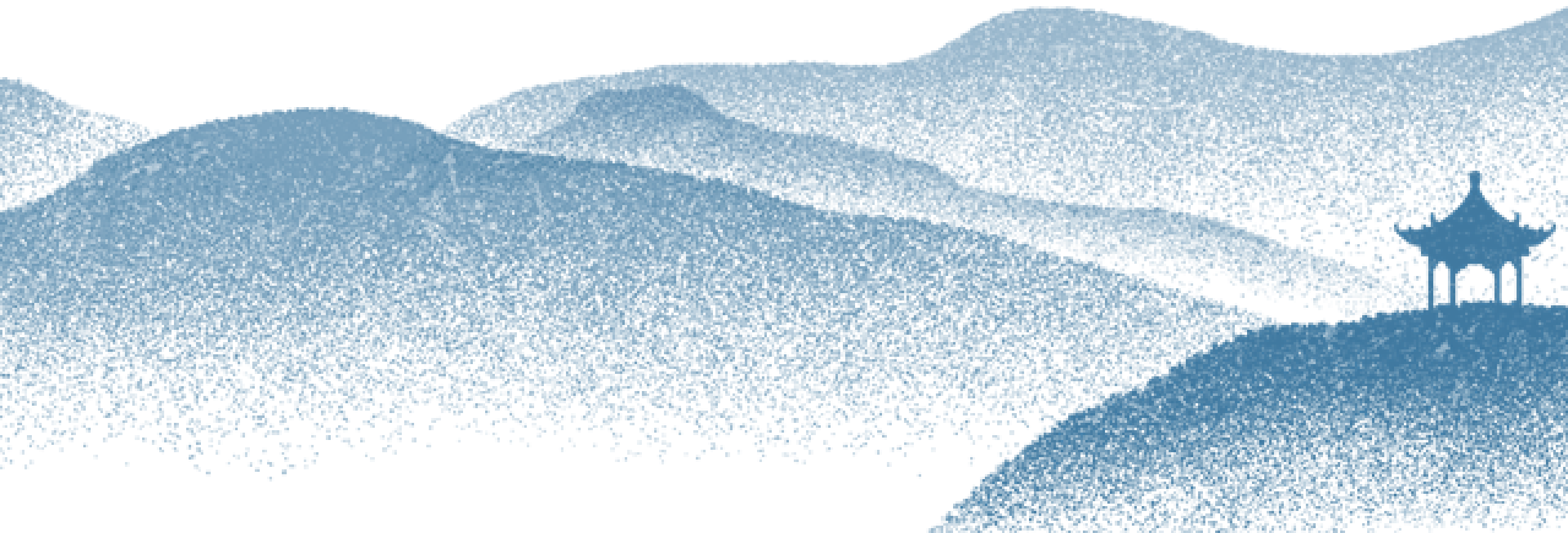
引言

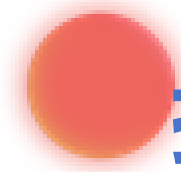
● 01



了解他人的需求和情感的重要性

在家庭、朋友之间以及职场中，理解他人的需求和情感是建立良好关系的关键。这有助于增进相互之间的信任和理解，减少冲突，提高生活质量和工作效率。





提升人际关系和工作效率的方法



倾听

耐心倾听他人的想法和感受，不中断，不急于给出建议

反馈

调整你的行为和沟通方式以满足他人的需求

适应

确认你的理解是否准确，并请求对方提供更多信息

观察

注意非言语信号，如肢体语言和面部表情，以更好地理解他人



同理心的力量

同理心不仅能帮助我们更好地与他人沟通，还能促进团队合作，提升个人魅力，增强决策能力。它是建立强大人际关系的关键。



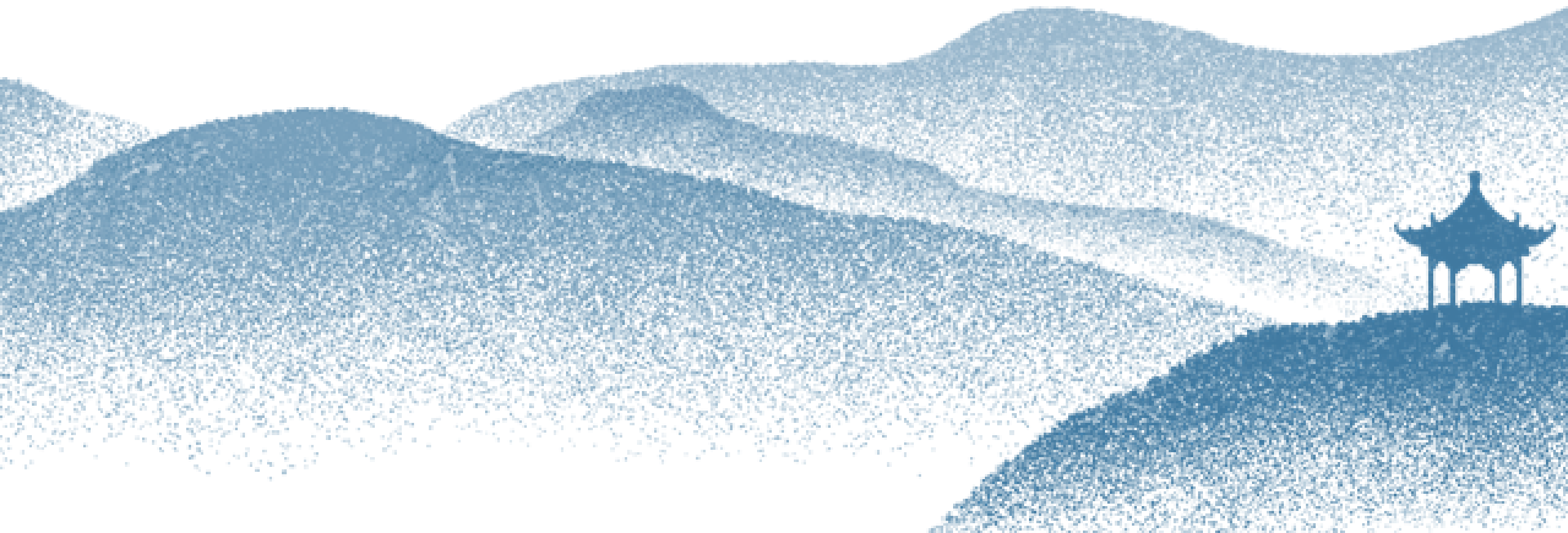
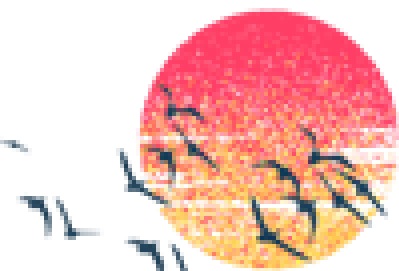


本PPT的目的和结构

本PPT旨在提供一系列实用的工具和策略，帮助您更深入地了解他人的需求和情感。它将引导您如何通过同理心来改善人际关系和工作表现，并分为引言、实践技巧、案例研究和总结四个部分。

同理心的概念

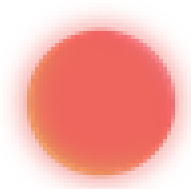
● 03





同理心的定义和内涵

同理心是指个体能够理解并感受到他人的情绪和需求，是对他人的情感状态的共鸣。它不仅包括认知层面的理解，还包括情感层面的共情。同理心是建立良好人际关系的重要基石。



同理心与同情心的区别



核心差异

同理心是站在他人的角度思考问题，而同情心则是给予他人怜悯和安慰。

同理心会让人感受到他人的情绪，并产生相应的情感反应；同情心则更多的是在观察他人的困境时产生的一种情感状态

情感体验

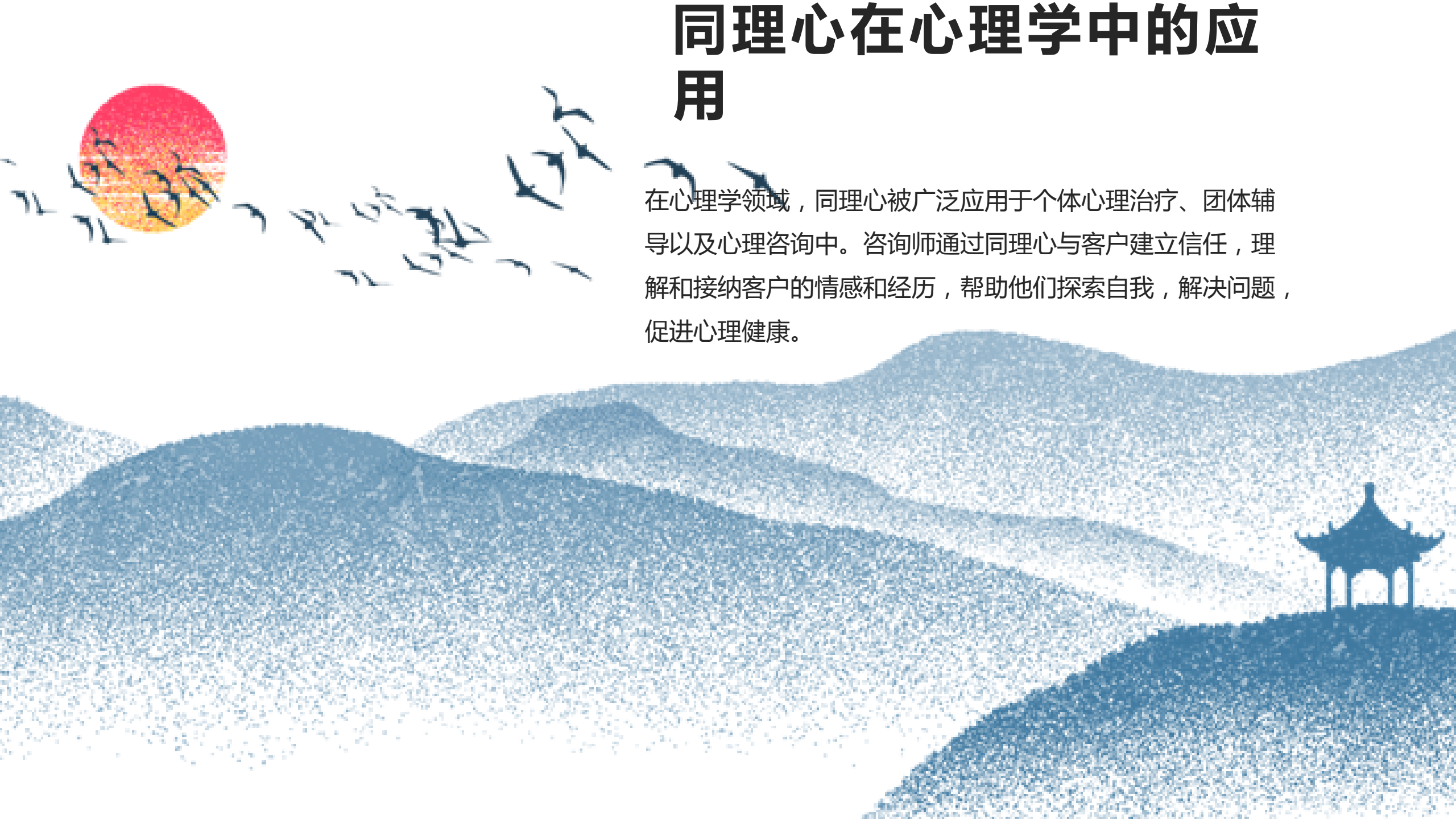
行为表现

同理心体现在行为上时，会更加关注他人的需求和感受；而同情心则可能仅仅停留在情感上的共鸣。



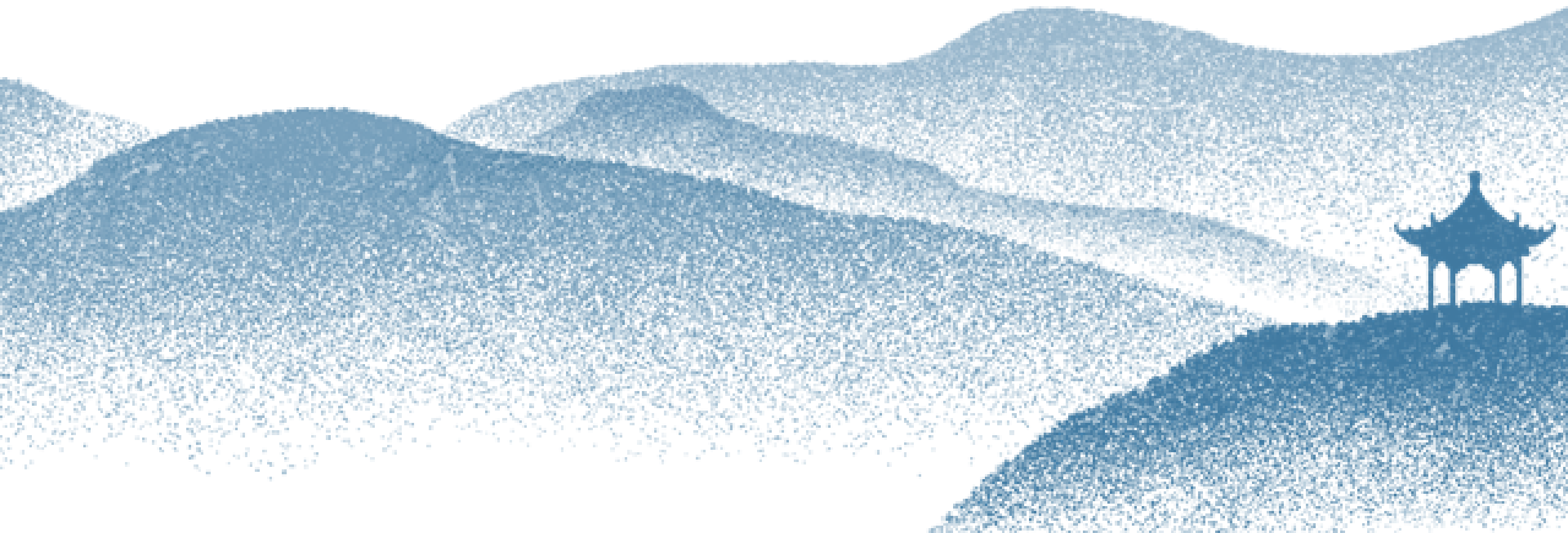
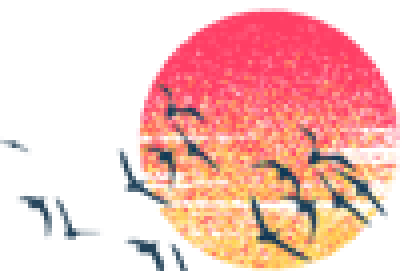
同理心在心理学中的应用

在心理学领域，同理心被广泛应用于个体心理治疗、团体辅导以及心理咨询中。咨询师通过同理心与客户建立信任，理解和接纳客户的情感和经历，帮助他们探索自我，解决问题，促进心理健康。



同理心的作用

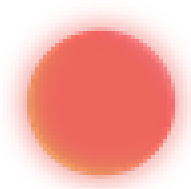
● 04



The background features a stylized landscape with layered mountains in shades of blue and green. In the foreground, a dark silhouette of a traditional Chinese pavilion sits on a hill. The sky is white with several black birds in flight. In the upper left corner, there is a circular graphic with a red-to-yellow gradient, containing black bird silhouettes.

同理心在人际关系中的应用

同理心在人际交往中扮演着至关重要的角色。它能显著提升沟通的效果，帮助人们更好地理解对方，增进彼此的情感联系，提升双方的幸福感和满意度。此外，同理心还有助于化解冲突，促进关系和谐。



同理心在工作中的应用



团队协作

同理心能够帮助团队成员站在对方的位置考虑问题，促进合作，提高工作效率。

同理心使服务人员能够更好地理解客户的需求，提供更加周到和贴心的服务，从而提升企业形象。

客户服务

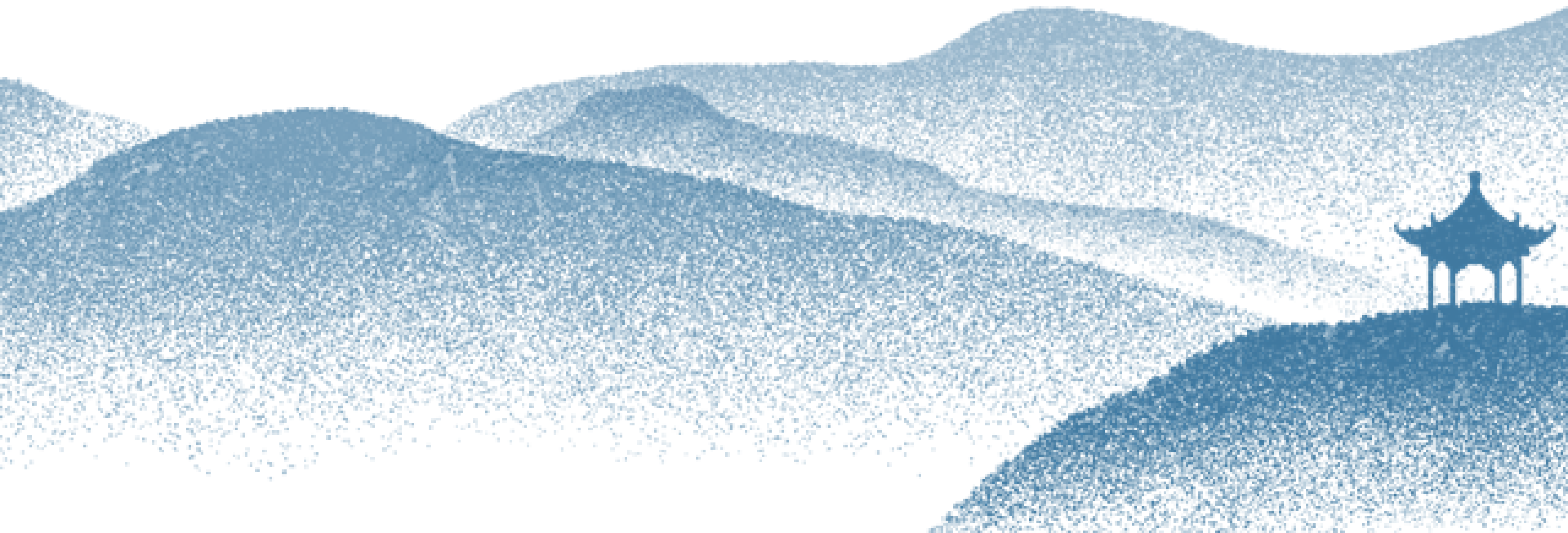
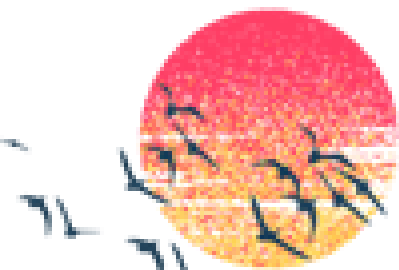
领导力

同理心的领导能够更好地理解员工的需求和期望，赢得他们的信任和支持。



同理心的培养

● 05



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/228017020053006062>