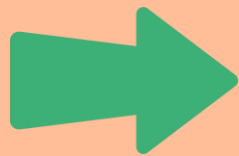


*사상체질로 풀어보는

15년 이상의 경력을 가진 플래너가 추천드리는 *

YAMOIZA!



소통과 리더십



사상체질로 풀어보는 '소통과 리더십'

CONTENTS

목차

01. 프로그램 소개

1-1. 워크숍 소개

1-2. 워크숍 커리큘럼



'소통과 리더십'을 소개합니다.

사람들의 생각과 행동이 각기 다른 이유는 체질에서 찾을 수 있습니다.
'사상체질'은 단순한 건강 문제를 넘어
소통, 관계, 심리, 심지어 리더십까지 새로운 시각을 제시합니다.

상대의 성향을 이해함으로써 불필요한 갈등을 줄이고,
진정한 공감을 이끌어낼 수 있어 원활한 소통과 팀의 조화를 이끌어낼 수 있습니다.

체질학과 심리학을 접목한 리더십 교육으로 나를 정확히 알고, 팀원을 깊이 이해하는 시간을 통해
더 나은 조직과 개인적인 성장을 만들어가는 특별한 여정을 함께하세요.

이 워크숍은 이런 키워드를 가지고 있어요.

#사상체질

#인간관계

#소통

#리더십

POINT

- 01 사상체질을 활용해 실생활에서 바로 적용할 수 있는 소통 및 관계 개선 방법 제공
- 02 개인의 체질에 맞춘 강점 파악과 관계 스타일을 분석해 보는 강의
- 03 심리적 이해와 체질별 스트레스 관리 방법 등 힐링과 성장의 통합 솔루션



사상체질로 풀어보는 '소통과 리더십' 이렇게 진행됩니다. | 총 운영시간 : 2시간



10m

오프닝

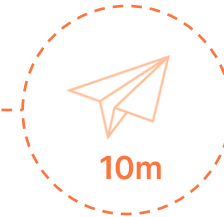
- 강사 소개 및 강의 내용 안내
- 간단한 소통 게임을 통한 라포 형성



20m

사상체질 이해와 진단

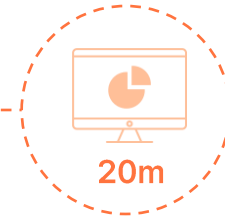
- 사상체질 개념 및 특징 알기
- 사상체질의 4가지 유형(태양인, 태음인, 소양인, 소음인)의 특성
 - 심리적, 행동력 차이 소개
- 체질이 관계와 소통에 미치는 영향과 사례 공유



10m

사상체질 진단

- 체크리스트를 통한 나의 사상체질 진단
- 체질별 주용 특징 점검 및 개인 결과 확인



20m

체질별 소통과 관계 전략

- 각 체질의 소통 스타일과 장단점 분석
- 체질별 소통 방식 이해하기
- 체질별 대화법과 공감법 제시



10m

갈등 상황별 체질 맞춤 해결법

- 실제 사례를 중심으로 체질별 갈등 해소법 소개
- 자신의 사례를 공유하며 해결 방향 모색



20m

체질을 활용한 리더십 전략업무 몰입도

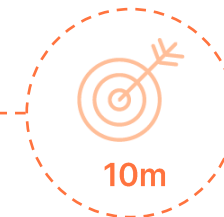
- 체질별 강점 기반 리더십 전략
- 체질별 강점을 활용한 리더십 스타일 구축
- 팀워크와 성과를 높이는 체질별 리더십 사례 공유



20m

개인과 조직의 성장 방향 설정

- 체질에 맞는 스트레스 관리 및 자기 계발 방법
- 조직 내 다양한 체질을 조화롭게 활용하는 전략



10m

마무리

- 질의 및 응답
- 마무리 정리

Thank you