

# 《结构化思维与表达呈现》大纲

## 培训目标

当本课程学习结束时，学员能够：

- 1、掌握“结构化思维”的4个特征并能够结合实际有意识的应用；
- 2、掌握“结构化思维”模式在工作实践中的应用（接收信息、处理信息、总结结论）；
- 3、掌握有效利用结构化思维实现沟通呈现上的突破。
- 4、提升公众表达的效果，克服公众汇报的紧张和焦虑感
- 5、掌握高效记忆技能并应用在工作、生活、亲子等方面。

## 课程大纲：

### 1、 什么是结构化思维

- 结构化思维是什么
- 结构化思维的四个特点
- 结构化思维可以应用在哪些工作场景

### 2、 如何有效接受信息

- 常见接受信息的方式
- 日常接受信息的关键场景分析
- 讲解：结构化思维接受信息的方法
- 演练：结构化接受信息

### 3、 如何提高记忆力

- 配对记忆法
- 串联记忆法

- 记忆宫殿法

#### **4、 如何有效整理信息**

- 散乱的信息会带来什么
- 日常整理信息的关键场景分析
- 讲解：结构化整理信息的方法
- 演练：结构化整理信息

#### **5、 如何高效得出结论**

- 不好的总结带来的不便
- 日常总结结论的关键场景分析
- 讲解：结构化总结的方法
- 演练：结构化总结结论

#### **6、 如何沟通呈现信息**

- 好的沟通呈现能带来什么
- 日常沟通呈现的关键场景分析
- 讲解：结构化沟通呈现的方法
- 演练：结构化沟通呈现

#### **7、 公众表达如何克服紧张**

- 紧张的来源
- 环境不确定性克服方法
- 内容不确定性克服方法
- 人物不确定性克服方法

#### **8、 公众表达如何变得幽默**

- 自嘲案例+演练
- 吐槽案例+演练
- 逻辑意外案例+演练

## 9、 实践演练

- 演练课题选择+准备
- 上台汇报
- 老师和学员点评
- 行动计划制定