

# 《公众演讲与表达能力提升训练》

授课老师：刘大海 老师 课程时长：2天（12小时）

场地要求：具备影音设备的中型培训教室、课堂以小组形式分组布局

授课形式：知识讲解、工具使用、任务推进、模拟演练、点评指导、问题解答

培训目标：1.提升工作汇报、商务宣讲、项目分享等职场表达情境中的能力

2.综合提升逻辑能力与表达力

3.系统提升语言能力与演讲魅力

课堂学习纲要：

**Part1.《传播学》带来的启示与基础能力修炼：**

传播价值三要素（价值创造、高级人设、B格）

- 1.获得感：收益价值、成长价值、情感价值
- 2.高级感：真诚、坚定、自嘲
- 3.穿透力：格局、格调、格言
- 4.精彩感：逻辑能力、创新能力、模仿能力、隐喻能力
- 5.能力训练---即兴演讲，寻找精彩额源泉

本课程收获：**1.提升审美标准，解决认知问题**

- 2.从观众视角提升价值贡献问题
- 3.对关键基础能力进行必要训练
- 4.自我认知与能力差距认知

**Part2. 演讲中的逻辑构思技巧与内容采集**

- 1 构思---“星系”脑图构建法
- 2 观点--- 表达核心观点的4个要素
- 3 条理--- 运用时间、空间、聚类、维度的逻辑原理梳理表达层次
- 4 呈现--- 演讲PPT呈现：文、表、图、演的使用技巧
- 5 内容--- 运用“TOPS”原理指导表达内容
- 6 标题输出训练
- 7 表达逻辑训练

本课程收获：**1.在结构化思考内容学习的基础上，掌握快速构建演讲与表达的套路**

- 2.在口语表达与PPT呈现中更有条理、紧扣重点、逻辑清晰、便于理解

3.提升公众演讲的说服力、专业度、精彩感

4.掌握不同职场情境中面对听众的精彩表达要点

### Part3.公众表达中的关键话术应用

1 导入--- 五种精彩开场白的设计与运用

2 新颖--- 实现谈话内容的新知与创新性的要素应用

3 哲理--- 凸显表达深刻、深远、深邃的三个技巧

4 共情--- 与领导产生情感共鸣的三个技巧

5 幽默--- 实现轻松风趣表达的三个技巧

6 收结---五种经典结束语的设计与应用

7 演练--- 请结合自己的工作情境做主题讲话：

备选题目 A-态度展现《不容易，却不放弃》

备选题目 B-能力展现《有困难，但有方法》

备选题目 C-价值观展现《有情绪，更有情怀》

本节课程收获：1.深刻理解：职场就是“舞台”，“戏精”才能成功！的真理

2.得到关键情景的表演技巧训练

3.对《认知心理学》基础理论的了解

4.对“MOT 触点原理”的理解和掌握

5.关键谈话中“巅峰体验四元素”理论的掌握

### PART4.专业形象与无声语言训练

1.摆脱紧张与对抗怯场的技巧

2 静态形象与现场环境的融合

3 气质表情与交流情境的契合

4 动态手势与分享环节的吻合

5 演练--- 1 讲台调度与身姿走位

2 眼神运用与专业手势

### PART5.语言魅力与临场能力训练

1 专业语速与清晰度训练

2 语言色彩与传播感训练

3 语言生动与画面感训练

4 现场问答的专业方法

5 突发状况的应变处理

6 敏感问题的杜绝回避

## 7 演练--- 1 语音、语调、语速训练

### 2 清晰度、传播感、画面感训练

本段训练收获：**1 提升专业风采**

**2 提升语言技巧**

**3 完善舞台调度**

**4 学会多种话术技巧**

**5 学会运用多种呈现手段**

## Part6.关键职业场景中的技巧应用

1.技巧：工作总结与工作汇报场景表达

2.技巧：会议发言与关键谈话场景表达

3.技巧：发号施令与团队激励场景表达

4.技巧：情感链接与私下谈心场景表达

5.技巧：投标演示与商务宣讲场景表达

6.话术演练--- 管理理念、专业见解、工作总结、结果回馈、会议发言、

竞聘演说、就职演说、获奖感言、宴会敬酒的话术要点

毕业作品呈现：**《TEDx-3 分钟主题演讲》**

学员互评打分与导师逐一点评

知识复盘与优秀作品颁奖

学员毕业感言与导师结营寄语

## 课程参考书目：

《认知心理学》（第三版）中国轻工业出版社 作者：E.Bruce Goldstein

《思维导图系列》 中信出版社 作者：Tony Buzam

《金字塔原理》 南海出版社 作者：Barbara Minto

《学习的革命》上海三联出版社 作者：Gorden Dryden Jeannette VOs

《心理账户》 芝加哥大学出版社 作者：Richard Thaler

《认知语言学与隐喻研究》 外语教学与研究出版社 作者：蓝纯

《中国哲学简史》 北京大学出版社 作者：冯友兰

《博弈与社会》 北京大学出版社 作者：张维迎

《知行合一王阳明》 北京联合出版社 作者：度阴山

《微反应心理学》 古吴轩出版社 作者：杜学敏