

课程名称：《提升公众表达力》

主讲：韩颖老师 9 课时

课程背景：

学员通过学习结构化思考的逻辑思维方式，提升公众演说的语言表达力，并且运用各种与听众链接的方法，巧妙呈现一场主题明确、积极正向的公众演示，以展示令听众难忘的影响力。

授课对象：需要提升演讲影响力的人士

课程大纲：

PART1 克服公众表达的紧张情绪

1. 公众表达的 4 种心理

- 1) 怕错
- 2) 怕丢面子
- 3) 怕不被接受
- 4) 怕失去控制

2. 消除 4 怕心理的关键理论

3. 避免紧张情绪的法宝

- 1) 自我管理：开心金库与心灵预演
- 2) 熟悉主场链接对象
- 3) 寻求现场友善的面孔
- 4) 重点把控三阶段：事前-过程-事后

PART2 公众表达的关键因素

1. 沟通的两种形式

2. 沟通表达的影响因素

1) 演讲素材准备

- 明确演讲目标
- 标题突出主题
- 讲究个人色彩

2) 演说心理准备

3) 与听众互动

4) 内容表达

5) 语音 | 语调 | 语速

6) 肢体语言

7) 听众的感觉系统

- VAK

PART3 内容表达技巧

1. 桩子是路标

2. 体系化表达的三种方式

1) 时钟计划

2) 环球计划

3) 三角计划

3. 钟摆计划

➤ 一分钟即兴演讲

PART4 语音 | 语调 | 语速

1. 语速掌控节奏

2. 语调带动情绪

3. 语音突出重点

4. 妙用停顿

➤ 小组实战演练

PART5 肢体语言

1. 微笑与眼神
2. 开放式肢体
3. 打压式肢体
4. 指责式/权威式肢体
5. 邀请式肢体
6. 拒绝式/控制式肢体

➤ 三分钟即兴演讲演练

PART6 行动计划

1. 您在课程中的收获是什么？
2. 您在课程结束后会在哪些方面做一些改变？

[本大纲版权归老师所有，仅供合作伙伴与本机构业务合作使用，未经书面授权及同意，任何机构及个人不得向第三方透露]