

AI+HR 全场景实战：用 AI 再造人力资源部

——告别 996，让你的团队人效翻倍

课程背景

时代的残酷转折：HR 的“分水岭”已经到来。当你的同事用 AI 在 10 分钟内生成了 50 份精准的面试邀约，当你隔壁的公司在用数字人讲师做新员工培训，当你的老板开始问“为什么我们的招聘成本比别人高 30%”时——你必须承认，HR 的工作方式正在经历一场前所未有的“降维打击”。这不是简单的工具迭代，而是一场关于成本、效率与价值的残酷淘汰赛。不懂 AI 的 HR，正在从“成本中心”沦为“可以被替代的中心”。

你每天面临的“隐形天花板”：你是否正在经历这些至暗时刻？为了一个难招的岗位，通宵刷了 300 份简历，却只约到 5 个人面试；辛辛苦苦设计的培训方案，被业务老大一句“没时间，没效果”打回原形；花了一周做的薪酬报表，老板只看了一眼就质疑数据的准确性。你比任何人都努力，却被困在表格、邮件和 PPT 里，你的专业价值被琐碎的事务性工作稀释殆尽。

这不是一堂讲概念、秀工具的科普课，而是一堂“武装到牙齿”的实操训练营。我们将 DeepSeek 等前沿 AI 大模型，深度植入“选用育留”的全流程。你将看到 AI 如何像“招聘特种兵”一样帮你筛选简历，像“薪酬精算师”一样帮你分析数据，像“员工关系调解员”一样帮你规避风险。我们的目标只有一个：把你从繁琐的事务中解救出来，让你去做只有“人”才能做的、更有战略价值的事。

课程目标与收益（8 大核心蜕变）

学完本课程，你不仅将掌握 AI 工具，更将获得一套“人机协作”的全新工作方法论，实现以下肉眼可见的价值提升：

1. 【效率飞升】：掌握一套“AI 咒语”（高级 Prompt 技巧），让 DeepSeek 成为你的专属助理。你将不再需要自己写 JD、做表格、发通知，效率提升 300%，每天准时下班将不再是梦。
2. 【秒出 JD】：现场学会用 AI 在 3 分钟内生成一份不仅合规、且极具吸引力的岗位描述，并能根据招聘渠道（如 Boss 直聘 vs 猎聘）自动适配语言风格，让候选人看到就想投简历。
3. 【精准识人】：告别“眼缘”面试。你将能用 AI 构建岗位胜任力模型，并一键生成结构化的面试题库与评分标准。甚至可以让 AI 扮演“压力面试官”进行现场模拟陪练，帮你练就火眼金睛，看人准确率提升 50%。
4. 【培训再造】：从需求调研、课程设计到效果评估，全链路由 AI 赋能。你将学会如何让 AI 帮你拆解业务痛点，一键生成精美的 PPT 课件、生动有趣的数字人微课，让你从培训“搬运工”变成学习体验设计师。

5. 【数据决策】：彻底告别 Excel 函数噩梦。你将学会如何让 AI 直接处理复杂的人事数据，3 秒生成动态图表和数据分析报告，帮你在人才盘点、人效分析会上拿出让老板信服的决策依据。
6. 【绩效赋能】：掌握用 AI 协助制定自驱式 OKR/KPI 的技巧，并能通过分析员工周报语义，提前预判绩效风险，生成个性化的绩效辅导面谈话术，让绩效管理从“打分”真正走向“赋能”。
7. 【风险管控】：变身行走的“劳动法规库”。你将学会如何让 AI 帮你快速检索法条、审核员工手册漏洞、生成合法合规的离职面谈方案，将企业用工风险扼杀在摇篮里。
8. 【组织沉淀】：学会搭建部门专属的 AI 知识库。把公司零散的制度、流程、甚至老师傅的经验，变成 7x24 小时在线的“智能问答助手”，让知识真正沉淀为组织资产。

课程对象

- 渴望从“事务型”转型为“策略型”的 HRBP 及全模块 HR
- 希望用更少预算做出更大效果的培训经理/人才发展专家
- 对业务结果负责，想用数据提升人效的 HRD/HRVP
- 正在寻求产品差异化卖点的培训机构产品经理/讲师

培训方式

我们拒绝“一言堂”，采用“沉浸式黑客马拉松”模式：

- AI 实战工坊：请务必携带电脑。讲师讲一个场景，你练一个工具。现场产出属于你自己的岗位 JD、培训大纲和数据分析看板。
- 对抗式演练：设置“人 VS AI”面试对抗环节，亲身体会 AI 的客观与精准。
- 私董会研讨：针对你带来的真实棘手案例（如业务部门不配合培训），现场用 AI 进行群体智慧共创，生成多个解决方案。
- 智能体搭建：手把手教你创建属于你自己部门的“招聘智能体”或“员工问答智能体”，课后依然能为你 24 小时工作。

培训时长：1 天

课程大纲

第一讲：觉醒·HR 的 AI 思维——从“工具人”到“操盘手”的蜕变

一、认知重启：为什么 AI 是 HR 的战略机遇期？

1. 行业真相：解读麦肯锡报告，看清哪些 HR 工作将被 AI 取代，哪些将价值倍增。
2. 降本增效：现场算一笔账——用 AI 后，你的部门一年能省下多少人力成本？
3. 工具全景：DeepSeek、ChatGPT、Midjourney、Notion AI 等工具，在 HR 场景中的最佳分工。

二、沟通革命：掌握让 AI “言听计从”的魔法

1. 黄金公式：拆解“角色+任务+背景+要求”的 HR 专属提示词法则。
2. 实战演练：同一个问题，如何用不同问法让 AI 产出平庸和惊艳两种结果？

三、安全红线：如何规避 AI 带来的数据风险

1. 脱敏技巧：上传员工数据前，必须要做的三件事。
2. 防骗指南：如何识别并纠正 AI 在劳动法咨询中产生的“幻觉”。

第二讲：狩猎·AI 招聘官——从“大海捞针”到“精准狙击”

一、岗位画像：让 AI 帮你画出一个“活生生”的人

1. 痛点场景：业务部门给的 JD 全是“能力强、沟通好”的空话。
2. 解决之道：输入优秀员工案例，让 AI 反向推导核心胜任力，生成让业务部门无法拒绝的精准画像。

二、筛选革命：AI 让你一眼看穿简历真相

1. 痛点场景：面对上千份简历，眼睛看花也看不出真假。
2. 解决之道：用 Kimi/豆包批量处理简历，自动提取关键信息，并按匹配度排序，同时用 AI 逻辑推理标记出简历中的时间断层与疑点。

三、面试进化：拥有一个 24 小时在线的“AI 面试官陪练”

1. 痛点场景：面试不知道问什么，问完后不知道怎么比较。
2. 解决之道：AI 根据胜任力一键生成情景面试题；高能环节：学员与 AI 进行模拟面试对抗，AI 现场点评你的提问水平。

第三讲：赋能·AI 培训官——从“成本中心”到“利润中心”

一、需求诊断：做业务老大肚子里的“蛔虫”

1. 痛点场景：培训做了，业务说没效果；不做，又说 HR 不作为。
2. 解决之道：上传业务数据（如销售转化率）和员工访谈记录，让 AI 帮你找出真正的绩效差距和能力短板。

二、内容生产：一个人就是一支“课程开发部队”

1. 痛点场景：开发一门新课，查资料、写 PPT、编案例，熬秃了头。
2. 解决之道：输入一个主题，AI 自动生成课程大纲、PPT 逐字稿、讲师手册，甚至案例脚本。

三、交付创新：AI 让你的课堂“酷炫”起来

1. 痛点场景：线下培训互动差，线上培训完课率低。
2. 解决之道：用 AI 将枯燥的制度文件一键生成生动的数字人讲解视频，并利用 AI 设计游戏化的课后测验。

第四讲：洞察·AI 绩效官——从“事后打分”到“事前驱动”

一、目标共创：让 AI 帮你拆解出“自驱型”OKR

1. 痛点场景：员工定的目标要么太简单，要么太空泛。
2. 解决之道：输入公司战略目标，AI 运用 OGSM 模型层层拆解，并给出每个 KR 的可衡量标准和潜在风险。

二、过程护航：用 AI 读懂员工周报里的“潜台词”

1. 痛点场景：只看结果，过程失控；等到发现时，项目已经延期。
2. 解决之道：利用 AI 进行语义情感分析，自动识别员工周报中的负面情绪和项目风险，并生成预警。

三、绩效面谈：让 AI 给你准备“神助攻”话术

1. 痛点场景：面对低绩效员工，不知道怎么开口，一谈就崩。
2. 解决之道：输入员工绩效数据和性格特征，AI 生成个性化且具有同理心的绩效改进计划（PIP）和面谈脚本。

第五讲：精算·AI 薪酬官——从“发薪记账”到“人效驱动”

一、薪酬设计：让 AI 成为你的“精算顾问”

1. 痛点场景：调薪预算有限，怎么分都有人不满意。
2. 解决之道：用 AI 建立调薪模型，输入预算和员工数据，由 AI 输出兼顾公平性与激励性的最优分配方案。

二、人效分析：用数据让老板对你“刮目相看”

1. 痛点场景：老板问人效，你只能说“感觉还可以”。
2. 解决之道：让 AI 自动计算人均产出、劳动生产率，并用可视化图表生成人效看板，一针见血指出问题部门。

第六讲：共生·AI 员工关系官——从“灭火救火”到“温暖留人”

一、风险预判：把劳动纠纷扼杀在“摇篮里”

1. 痛点场景：员工突然提离职，你才知道他早有不满。
2. 解决之道：搭建员工问答智能体，分析高频问题背后的潜在风险；用 AI 对离职面谈记录进行语义分析，预判核心人才流失风险。

二、体验升级：用 AI 传递组织的“温度”

1. 痛点场景：企业文化落地难，员工活动没新意。
2. 解决之道：AI 生成个性化的节日祝福、员工入职周年纪念文案；高能环节：利用 AI 设计一场预算极低但创意无限的员工团建/关怀活动方案。