

演讲与表达

课程背景：

当今社会，无论是身处竞争激烈的商战，还是面对你的客户，抑或是面对你的企业员工，职场人士发现需要进行公众演说的机会和场合越来越多。面对公众的表达能力已经成为职业人士树立个人魅力，提升个人影响力的重要武器。

你希望告别拼凑、拒绝流水帐式的讲稿吗？

你想用惊艳的开场引爆全场、一鸣惊人？

你想用精准的语言表达有力、引人入胜？

你想层层递进环环相扣，紧紧抓住注意力？

你想打造激励人心激发行动的演讲结尾？

演讲是一种带有浓烈个人魅力的技能，它将很大程度影响到你的工作成果以及职业发展。本课程将从内容萃取、结构设计、舞台呈现三个方面带领大家一起全面提升演讲技巧，帮助你思考有度、掌控舞台！

课程收益：

此培训课程结束后，学员将做到：

- 自我调整突破演讲前的紧张恐惧，提升自信力
- 有效运用当众演讲的礼仪与规范，提升影响力
- 能根据听众特点准备恰当的内容，提升说服力
- 掌握公众表达的方法和感染技巧、提升感染力
- 掌握临场表达中听众互动的技巧、提升互动力

课程时间：1天，6小时/天

课程对象：

那些经常需要通过一对多表达，提升自身影响力的人士：

1. 企业中的高级经理人、CEO
2. 新任初级管理者和初级经理
3. 需要公众演说的职场人士

课程特色：

实战：抛弃所有在“非秀场”演讲中的高深技巧，着眼演讲中实实在在的困惑
实用：以结构化表达为基础，给学员一张拿来就能填、填完就能讲的演讲画布
实践：一步一练，现场学、现场练、现场掌握，以小组演讲 PK 赛检验学习成果

课程大纲

第一讲：结构设计—确保演讲结构流畅、娓娓道来

一、精彩演讲三要素——如何设计一场精彩的演讲？

1. 开场一鸣惊人：吸引听众，引发好奇
2. 中间掷地有声：理性说服、感性共鸣
3. 结尾画龙点睛：总结升华、展望号召

二、开场一鸣惊人——好的开场是演讲成功的一半

1. 如何快速抓住听众注意力，一鸣惊人？
2. 开场两步走：吸引注意与展开主题
3. 吸引注意的方法：数据、故事、提问、互动…

三、中间掷地有声——理性说服+感性共鸣

1. 时空结构-用时间和空间推动叙述展开

时间结构：过去+现在+未来+总结

现场演练：3 分钟抽词演讲

2. 三角结构-用三个要点聚合超强说服力

时间结构：要点 1+要点 2+要点 3+总结

现场演练：3 分钟抽词演讲

3. 双边结构-从多方角度增强观点力度

时间结构：观点 1+观点 2+折中的观点

现场演练：3 分钟抽词演讲

4. 故事结构-透过动人故事来说服听众

时间结构：讲述故事+分享感受+植入观点

现场演练：3 分钟抽词演讲

四、结尾画龙点睛——总结观点，让观众印象深刻

1. 画龙点睛—结尾是整个演讲中最重要的部分
2. 收尾两动作：总结概括与点睛升华
3. 总结升华的方法：首尾呼应、故事、金句、展望……

第二讲：内容规划—萃取生动有趣、打动人心的内容

一、全脑演讲：左脑说服+右脑共鸣

二、左脑说服：三种方式提升说服力

1. 设问——从说服到启发，润物无声

- 1) 开场设问—引发听众的好奇与渴望
- 2) 中间设问—塑造层层递进的演讲结构
- 3) 结尾设问—激发听众并号召行动

2. 举例——从抽象到具体，化繁为简

——举例的2个方法

- 1) 举例说明：枯燥概念+案例说明
- 2) 举例证明：抽象观点+案例证明

3. 类比——从陌生到熟悉，触类旁通

——一种方法：陌生概念+熟悉场景

三、右脑共鸣：三种技巧引发听众共鸣

1. 数据—如何用数据以小见大，讲述精彩故事？

——呈现数据的3个方法

- 1) 数据聚合强化感受
- 2) 数据分解说明意义
- 3) 数据转换生动形象

2. 故事—如何用故事打动人心创造共鸣？

故事案例赏析：

— 个人故事：马云、湾仔码头

— 企业故事：农夫山泉

— 品牌故事：大众银行、褚橙

1) 好莱坞经典故事结构

a 铺陈：背景+变化

b 冲突：挑战+行动

c 结局：失败+成功

2) 如何讲一个好故事？

a 对话 b 细节 c 感受

3. 金句—如何用金句点燃听众的热情？

1) 金句三要素：喻情、喻理、喻德

2) 设计金句的5个方法

第三讲：舞台呈现—塑造自信大方的舞台风范

一、如何用身体语言增强演讲的感染力？

1. 眼法：如何运用眼神交流，打动关键人物？

2. 手法：什么样的手势可以帮助你有力表达？

3. 身法：怎样的身体姿势可以展现自信和从容？

4. 步法：如何运用恰当的走位技巧提升专注力？

5. 妆法：如何合理着装并打造强烈的仪式感？

二、如何克服临场的焦虑与紧张？

1. 如何管理临场前的紧张情绪？

2. 克服紧张有哪几种行之有效的办法？

3. 演练-塑造成功感受，告别临场紧张？

三、如何运用互动激发听众参与的热情？

1. 动心-展示视频、道具等吸引注意

2. 动脑-用自问自答引发听众的思考

3. 动手-抛出选项邀请听众做出选择

4. 动嘴-互动提问激发听众参与热情

四、如何应对现场突发情况？

1. 如何应对听众刁钻的提问？

2. 如何应对忘词这种尴尬的局面？

学员演练（演讲PK赛）

一、演讲任务发布与准备

1. 小组成员抽取演讲主题并各自进行准备

2. 小组内部演讲 PK,选定小组 PK 赛选手

二、学员登台演讲 PK

1. 小组选手登台演讲

2. 教练点评并打分

三、培训师建议和调整

1. 增加演讲的亮点：故事、金句、视频图片、听众互动等

2. 结合演讲者个人风格，以合适的节奏固化演讲

3. 为学员录制演讲视频，供学员课后观摩和调整