

——让思考更清晰，表达更有力

培训时间/地点：2025年8月4~5日（星期一~星期二）/上海

收费标准：¥4500/人

- 含授课费、证书费、资料费、午餐费、茶点费、会务费、税费
- 不包含学员往返培训场地的交通费用、住宿费用、早餐及晚餐

结构思考力能为我们解决什么问题？

没有要点、杂乱无章的表达往往对对方没有说服力，甚至降低整个组织的工作效率，究其原因是在传递信息时没有构建一个有效的结构。然而在职场中我们难免会遇到以下不如人意状况：

口头表达

下属对你说：“领导，最近技术部说有几个项目不得不延期，还有刚才客户打电话询问解决方案的设计进展，另外，我看到……对了，张总建议最近要开一次产品创新会，如果……可能……”听了半天你还不知道他究竟要说明什么，或者需要你提供什么帮助！

文字表达

洋洋洒洒写了几十页的PPT报告，并在会议上跟大家滔滔不绝的讲了30分钟，虽然信息量丰富，却叫人不知所云，结果下面一片寂静——很好地解决了台下人员的失眠问题！

问题解决

你下周要给老板做一个关于如何提高客户满意度的方案汇报，然而到现在就连有价值的信息都还没收集全、问题的具体原因也没搞清楚，更别说怎么找出解决方案，再去做汇报的PPT了。

方案决策

公司经营指标和业务盈利水平逐年下降，且用工和运营成本等固定成本不断增加，为了保持业务的可持续发展，到底是在现有业务下开源节流控制成本、还是拓展新业务寻求更好发展呢？

会议引导

在你组织的一次跨部门沟通会议，很多人的发言都是想到哪说到哪，整个讨论过程杂乱无章，核心的问题总是讨论不到点上，而且大家自说自话，直到会议结束也没能达成共识。

- 如何在短时间内清晰的表达观点，并有效说服他人？
- 如何在书面表达时不堆砌文字、不再混乱？



- 如何在第一时间把握解决问题的关键？
- 如何让决策不再陷入两难境地？
- 如何让会议讨论不再一个问题上纠缠不清？

.....

结构思考力不只是一种思维和技能，更是一种“透过结构看世界”的生活态度，可以让“思考清晰、表达有力、生活清爽、工作高效”，本课程教你形成严谨的结构思考习惯，在面临任务和问题时清晰而全面地思考，跳出固有经验和思维，通过工具干预认知结构，养成优秀的思维方式。

课程收益：

对组织：

员工能力提升：提高员工思考和表达水平，更容易抓住问题的本质并达成共识

组织效率提升：建立彼此交流时共同的思维和语言平台，提高组织效率

公司形象提升：沟通时，给客户及合作伙伴留下良好的印象，提升公司形象

对个人：

独立思考能力：理解结构思考力的核心理念，能清晰而全面的进行思考

沟通表达能力：表达时，使观点更明确，结构更严密，能更有效说服他人

会议引导能力：引导团队理清思路、快速达成共识并找到问题的解决方案

说服能力提升：在短时间内找出问题的关键点，形成具有说服力的汇报材料

参训对象：

需要将自己的想法、方案、建议、成果等进行文字表达和汇报的职场人士

授课形式：

理论讲解，工具应用，案例解析，思维游戏，综合训练，互动讨论，成果产出



课程大纲：

第一天 透过结构看思考

课程导入：结构思考力改善思考结构，更接近事物本质

第一节：思考结构决定人的行为，且需要不断完善

思考结构决定人的思考、决策和行为

思考结构存在偏差和歪曲需要不断完善

思维游戏 1：是否使用结构化方法对思考效果的影响对比

思维游戏 2：从结构的角度思考问题

练习 1：运用结构的方法解决问题

第二节：三层次模型——完善思考结构的科学思维

理解：接收信息、并解析其结构

重构：重构结构、使其清晰而全面

呈现：形象化展现重构后的结构

理论认知 1：思考的核心模型-结构思考力三层次模型

成果落地：课程导入：理解运用结构思考力的认知世界的基本概念

第一章 理解——接收信息并解析其结构，隐性思维显性化

第一节：结构思考力识别概括技术

识别：识别信息中的事实与观点

判断：判断事实和观点的对应关系

概括：一句话概括所有内容

练习 2：看视频，你能快速理解并找到视频表达的要点吗？

练习 3：阅读文章，运用所学方法，理清结构、轻松抓住核心要点！

工具 1：结构思考力识别概括技术应用表

工具 2：结构思考力识别概括技术线索表

成果落地：第一章：掌握结构思考力三层次模型的第一层，理解接收到的信息并解析结构



第二章 重构——重构结构使其更接近本质，显性思维结构化

重构“四核”——结构思考力的四项基本原则

第一节：“论” - 结论先行

案例 1：口头汇报时如何抓住重点，得到领导认可？

案例 2：如何写总结，才能让领导直接看到成果并得到赞赏

第二节：“证” - 以上统下

案例 3：如何写产品介绍，才能呈现亮点，打动客户？

第三节：“类” - 归类分组

案例 4：认识新朋友时如何快速总结这是一个怎样的人？

练习 3：运用所学方法，找到所有货车过隧道的方法、确定最佳解决方案！

第四节：“比” - 逻辑递进

练习 4：看图解，如何运用逻辑合理安排婚礼计划？

练习 5：看视频，每天都看到的广告是如何用严谨的逻辑说服观众的？

练习：小组讨论，基于重构“四核”的练习应用

练习 1：（趣味性练习）运用重构“四核”搭建结构

练习 2：（专业性练习）用重构“四核”分析学员个人案例，老师现场辅导、得出成果。

成果落地：掌握结构思考力三层次模型的第二层，能在面临问题时有效的觉察自我的思维结构，并通过工具对认知结构进行干预。

第三章 呈现——结构罗盘，结构思维形象化

第一节：“配”关系，4类模式 16种关系，让演示更有效

流动模式：线性、流程、循环、关联

作用模式：对立、合力、平衡、阻碍

关系模式：并列、重叠、包含、分割

比较模式：成分、排序、序列、关联

第二节：“得”图示 根据关系匹配相应的图示，确保使用正确图形做 PPT，助力高效表达



理论认知 2：掌握演示内容的准确关系，确保使用正确图形表达

第三节：“上”包装，让观点更吸引人、更容易记

简化：通过拆、隔、删、突的简化方式进行包装

类比：运用形象或行为类比的方式进行包装

引用：引用广告、歌曲或名言的方式进行包装

整合：对色彩、词语、数字、字母进行整合包装

练习 3：小组讨论，运用结构罗盘的方法，将综合练习的结构图成果制作 PPT 并展示分享

工具 3：结构思考力“图表罗盘”

工具 4：结构思考力形象呈现技术应用表

工具 5：结构思考力“图示库”

成果落地：掌握结构思考力三层次模型的第三层，运用结构罗盘将结构思维形象化表达

第二天 透过结构看表达

第一章 描述问题定方向

第一节：5W2H 框架描述问题

What：什么事情出了问题？什么问题？

When：什么时候发生的？

Where：在哪发生的？

Who：谁出了问题？

Why：造成这样的结果因为什么？

How：怎么发生的？

How much：多少事物出了问题？问题到什么程度？数量如何？

案例 1：500 强企业经典案例

练习 1：小组讨论，运用 5W2H 分析法，确定本小组实践任务的课题及相应解决方案。

工具 1：5W2H 问题分析表

成果落地：运用结构思考力的 5W2H 分析法界定问题，并确定一个能够切实解决问题的最佳方案



第二章 基于目标定主题

第一节：确定目标，“AB 法则”让表达有的放矢

- ◇ A (明确受众)：提前设定表达场景、明确受众
- ◇ B (期望行为)：希望表达后对方达成哪些行为

思维游戏 1：为什么要确定目标，目标的重要性？

第二节：设计序言，“SCQA”获得领导赏识的高效沟通公式

- ◇ S (情景)：原本稳定的状态描述
- ◇ C (冲突)：颠覆现状、发现问题
- ◇ Q (疑问)：选出待完成重要课题
- ◇ A (方案)：提出假设性解决方案

案例 2：500 强企业经典案例

练习 1：不同序言表达方式的应用练习

工具 2：AB 法则

工具 3：SCQA 分析法工具单

工具 4：主题优选矩阵

成果落地：掌握基于表达的目标确定出简单、准确的结论性主题，并能构建一个快速吸引对方注意力的开场

第三章 纵向结构分层次

第一节：自上而下，疑问回答做分解

第一步：设想问题，从对方角度出发的新模式

第二步：回答问题，提前想好答案事半功倍

案例 4：500 强企业经典案例

练习 3：小组讨论，运用“疑问回答”的方法搭建实践任务的金字塔纵向结构

第二节：自下而上，概括总结做聚合

第一步：列出要点，收集信息并罗列要点



第二步：分类命名，分类后并将信息命名

第三步：概括结论，寻找共性概括出结论

案例 5：500 强企业经典案例

练习 4：小组讨论，运用“概括总结”的方法，将结构图中的表达要点总结得出

工具 5：自上而下“疑问 / 回答”搭建框架法

工具 6：自下而上“概括 / 总结”列表

成果落地：第三章：掌握运用纵向结构搭建框架的实际方法，在思考和表达时做到结论明确且符合对方需求。

第四章 横向结构选顺序

第一节：选择演绎，让说服更有力

- ◇ 标准式：理性思考的根本，让表达极具说服力
- ◇ 常见式：最常见、实用的说服方式

案例 6：500 强企业经典案例

第二节：选择归纳，让要点更清晰

- ◇ 排序的三种类型：时间、结构、重要性
- ◇ 分类的两种方式：开放式分类、封闭式分类

案例 7：500 强企业经典案例

第三节：因需而动，两种顺序选其一

- ◇ 演绎结构：适用于需要说服对方时
- ◇ 归纳结构：适用于对方关注解决方案时

练习 5：小组讨论，运用“演绎”或“归纳”其中一种方法，调整实践任务的横向顺序，让表达逻辑严谨、要点清晰、具有说服力

工具 7：封闭式分类结构案例库

成果落地：掌握运用横向结构确认每组思想的具体分类和顺序，让思考结构更加的清晰



第五章 形象表达做演示

第一步：“配”关系，4类模式16种关系，让演示更有效

流动模式：线性、流程、循环、关联

作用模式：对立、合力、平衡、阻碍

关系模式：并列、重叠、包含、分割

比较模式：成分、排序、序列、关联

第二步：“得”图示，根据关系匹配相应的图示，确保使用正确图形做PPT

案例 8：500强企业经典案例

第三步：“上”包装，让观点更吸引人、更容易记

简化：通过拆、隔、删、突的简化方式进行包装

类比：运用形象或行为类比的方式进行包装

引用：引用广告、歌曲或名言的方式进行包装

整合：通过色彩、词语、数字、字母的整合方式上包装

案例 9：500强企业经典案例

练习 6：小组讨论，将已完成的实践任务结构图进行卖点包装，并手绘PPT

工具 8：结构罗盘

工具 9：结构思考力形象呈现技术应用表

工具 10：结构思考力“图示库”

成果落地：掌握商务呈现中口头、书面表达和演示文稿的结构化构思技巧。



讲师介绍：陈老师

教育学博士

上海财经大学 工商管理硕士

上海市对外经贸进修学院 客座教授

专业背景：

- 曾供职于惠普等 500 强公司
- 国际培训学会 (ITS) 常务委员
- 效能教练学院®PCtt 高级效能教练
- 英国在华国际培训师协会 (ITT)BCT 导师
- 美国认证协会 (ACI) 注册国际高级职业培训师
- 职业技术标准认定委员会 (IVESC) 高级培训师

陈老师从事培训工作 15 年，曾在世界五百强外企、中外合资企业和民营企业从事培训管理工作，负责过新员工入职训、管理者素养提升训和企业内训师的培养项目，有丰富的课程讲授和辅导经验。作为一名结构思考力理念的长期践行者，陈老师对结构思考力有深刻的见解，课程受到机构客户和学员的一致好评。

授课风格：

基于多年的企业工作和职业培训经验，陈老师的授课非常注重理论联系实际，善于创造良好的课堂氛围，与学员进行亲切的互动和交流。同时，注重结合企业需求和学员情况，引发学员的深入思考，采用逐步引导、逐步深入的方式，让学员在轻松、愉快中掌握知识，提升实际应用能力。

陈老师授课风格幽默风趣、深入浅出，经常穿插使用分组抢答、案例分析、角色扮演、视频赏析等不同的互动形式，用丰富的教学形式来吸引学员的注意力，使整堂培训的气氛持续保持一定的活跃度，保证学员的学习效果达到最优。

服务客户：

国有企业：中核华兴、中国石化、中海油、宝钢钢铁、振华重工、中建八局、上海国土局、商飞集团、申通地铁、郑州地铁、上海市国土局、上海虹口区服务就业中心、上海浦东第四房屋征收所、江苏镇江规划局、和汇集团、济南中建、青岛中建、上海中储外运等

政府机关：上海虹口区服务就业中心、上海浦东第四房屋征收所、上海青浦区市场监督管理局、上海市青



浦区医疗保障局、上海市青浦区农业农村委员会、江苏镇江规划局、上海虹口区城市管理局、江苏连云港港务集团、苏州知识产权局等

电力行业：国家电投、大唐电力、宁波乌沙山发电厂、湖北襄阳电力、威海电网、烟台电网、菏泽电网、岳阳电网、张家界电网、龙口电网、栖霞电网、君山电网、汨罗电网、云溪电网、平江电网、淄博电网、济宁电网、湘能电力等

烟草行业：上海卷烟（松江烟草、杨浦烟草、静安烟草）、湖南中烟等公司

金融行业：上海银联、浙江农商行、云南红塔银行、建设银行、工商银行、招商银行、农业银行、农工商银行、长江证券、中国平安、中国人寿、新华保险、大新银行、人民保险、阳光保险等

外资企业：迪士尼、科世达、贝亲、雅培、日本东电、日本理光、日本冈谷钢机、3M 集团、普诺迈机电、希瑞适制药等

科技企业：广汽埃安、上海同济科技园、上海巨人网络、上海移为通信、杭州华为、融利科技、安徽合肥移顺、上海麦腾等

教育培训：复泰商学院、广鉴商学院、前程无忧、高顿教育、贵州财经大学、上海财经大学、南宁信息职教院、上海文华集团、汇人商学院、欧风教育、创就教育、上海金苹果双语学校、上海徐泾第二小学等

服务行业：京东集团、真爱梦想基金、杭州卓弈集团、上海长江联运、上海燃气集团、上海豫园集团、上海南房集团、北人集团、益民置业、老庙黄金、顶信医疗、上海棕榈高尔夫等

客户评价：

国家电投：课程内容严谨、案例丰富。陈老师讲的很生动，还举了很多工作和生活中的案例帮助我们拓展思维，两天的课下来，一点都没觉得枯燥，特别有收获。

建设银行：陈老师的课，时间过得特别快，逻辑严谨的同时还能风趣幽默，案例都能联系到工作、生活的方方面面。不仅能学到结构化的思维方式，还能用在日常的沟通、汇报，甚至整理电脑和房间等方面，真的是太赞了！

京东集团：两天的培训时间过得特别快，陈老师的演绎特别棒，逻辑缜密、方法使用、内容落地，课上不仅帮我梳理出了跟领导汇报的方案，还学会很多演讲、汇报、开会等方面的实用话术和技能，感谢陈老师~

