

**培训时间/地点：**2025年9月11~12日（星期四 ~ 星期五）/苏州

**收费标准：**¥4200/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

## 课程介绍：

你常常用邮件、微信沟通工作吗？

你需要经常在客户和老板面前呈现观点吗？

你的呈现风格能够让客户认可、团队信服、老板满意吗？

你的表述经常让别人支持你，还是反驳你？让别人听明白，还是一头雾水？

职场表达（包括邮件、微信、PPT、演讲和面对面呈现）是商业世界里最重要也是最高层次的技能体现方式。

然而，对于很多职场精英来说，最大的挑战就是如何做一场优秀的表述和呈现，我们的问题主要表现在：

- 1) **一缺逻辑性**——表达没有重点，缺乏目的性，观点不明确，条理性较差，不擅长总结和提炼核心关键词，过分娓娓道来却不知所云，让人听不懂记不住。
- 2) **二缺表现力**——表达时候过度依赖 PPT，始终看着投影诵读，缺乏和听众的目光接触，肢体语言僵硬，面无表情，声音没有抑扬顿挫，像催眠曲，气场微弱，说话毫无精神气，缺乏能量场。
- 3) **三缺吸引力**——只说自己想说的，不说别人想听的。喜欢罗列大量的细节、过程、表格数据，听众无法与之产生共鸣，偏离了沟通的基本原则。

这些都是沟通的思维习惯问题，而几乎所有思路上的偏差或缺失都是影响一件事成功与否的首要因素。

本课程将帮助学员掌握有条理的、清晰有序的、有效表达的思维逻辑，并提炼出让呈现更有效的演讲要素，使之在商务场合的推介能条理清晰，成熟稳重，充满气场，有说服力，实现最终的商业目标。

## 课程产出：

- 树立逆向思维的沟通原则，根据受众确定如何商务陈述
- 根据金字塔原理，掌握商务陈述最重要的三个要素：对象、目的、框架
- 联系职场情境，充分演练商务陈述的几个场景
- 根据具体情境，掌握现场陈述的技巧

**参训对象：**所有职场人员



## 授课形式：

互动式讲授、案例分析、小组讨论、角色扮演、游戏

## 课程大纲：

### 第一部分：认知沟通

#### 一、前提：我为什么要学习表达？

- 1、 职场需要：会做又会说
- 2、 学员一分钟演讲（拍摄）：介绍一下你的公司
- 3、 沟通不简单：
  - 1) 沟通的要素
  - 2) 不同“讲法”的对比
- 4、 逆向思维指导下的沟通：受对象和情景的双重影响
  - 1) 对象：职场沟通的五类对象及其应对
  - 2) 情境：职场沟通的五种途径
- 5、 沟通的最大障碍：紧张
  - 1) 紧张的原因分析
  - 2) 紧张的六大应对法则
- 6、 卓越表达：专业知识，呈现技巧，内容设计，互动控场，自信魅力

### 第二部分：有效表达

#### 一、职场表达的常见问题

#### 二、试一试：你如何汇报一次会议安排

#### 三、有效表达：金字塔原理

- 1、 金字塔原理简介
- 2、 金字塔原理解析：三大功效，四大特征，一个对比

#### 四、有效表达：先搭后说

- 1、 搭建：两种方向
  - 1) 自下而上



理清思路

三个原则

课堂演练：搭建一个课程的金字塔框架

2) 自上而下

延展思路

三个需要

课堂演练：搭建一个年初规划/年终总结的表达框架

2、表达：一种方向

1) 6先6后

2) 案例对比：谁的表达好？

3) 布置工作需要自上而下表达

4) 课堂演练：怎样才能更好地向客户介绍一款新产品

3、用金字塔做汇报

1) 结论式汇报

2) 过程式汇报

3) 选择式汇报

4) 开放式汇报

4、结构化应对

1) PREP 式

2) SABC 式

3) SPOP 式

5、即兴发言

## 第三部分：邮件呈现

一、职场沟通的形式

1、五大形式

2、邮件的特点分析：什么时候用，什么时候不用



- 3、 邮件的对象：上级、下级、同级、跨部门、跨文化、客户、经销商、供应商
- 4、 邮件的情境：四类邮件
- 5、 邮件的目的：你为什么写？你想让对方做什么？对方为什么要这么做？
- 6、 核心原则：角色互换

## 二、邮件结构：7大要素

- 1、 邮件的标题：精、准
- 2、 邮件的正文：战地记者原则+金字塔原理
  - 1) 语言：用对方看得懂的语言
  - 2) 语句：长句变断句、一段变多段、醒目的小标题
  - 3) 词汇：精简、不用模糊语言、不用描述语言、要数据和事实
  - 4) 态度：对事不对人、“强调做到的，而不是做不到的”
  - 5) 格式：字体、标点、行距、对齐都用心
  - 6) 附件：注意数量、注意命名
- 3、 邮件的输入顺序
- 4、 课堂演练：撰写一封邮件，汇报此次培训。

## 第四部分：总结篇（可选择）

- 1、 金字塔不是万能的：两个必须
- 2、 如何拥有金字塔式思维习惯
- 3、 金字塔式表达也需要“导入”

## 讲师简介：李老师

### 行业经验：

- 世界 500 强企业内部培训师
- 上市公司高级主管及内训经理

### 教育背景：

- 国家二级心理咨询师
- 中级经济师



➤ 复旦大学双学位

## 工作经历：

➤ PROMADONNA

◇ 2003-2007 (上海) 奢侈品牌宝诗龙项目经理

◇ 2007-2008 (苏州) 苏州科技文化艺术中心项目经理

➤ 2008-2012 内训经理 上海良信电器股份有限公司

➤ 2013-2015 全职培训师

## 个人风格：

➤ 逻辑思路清晰、理性而不失幽默；

➤ 善于结合企业实际工作开展培训，尤其擅长在培训中融入行动式学习与体验式学习；

➤ 能灵活调整培训方式，从容应对多元文化情境；

## 擅长课程：

逻辑思维方式与有效沟通

## 主要服务客户：

**制造业：** 国际纸业、通力电梯、阿特拉斯、通快、，马夸特、福维克、德力西

**汽车相关行业：** 奇瑞汽车、海斯坦普、法维莱、威伯科、海拉集团

**快速消费品、零售：** 百事可乐、费列罗、欧尚、申美饮料

**制药、化工、农业：** 朗盛集团、赛科石油、卡博特、邦吉集团

**咨询服务：** 长江商学院、智联招聘

**交通、物流：** 中海集团、中远化工物流、中远物流配送、天地华宇

**房地产：** 世贸集团、景瑞地产、阳光城集团

**服装：** 汤米费格 (Tommy Hilfiger) 、马克华菲

**其他：** 伊藤忠商事、三井集团

