

重新定义“效率”
的会议指南

【美】萨拉·库珀 (Sarah Cooper) 著 余卓桓 译

聪明人的 开会技巧

100 TRICKS TO APPEAR SMART IN MEETINGS

来自Google、Yahoo的经验
Facebook、Twitter高赞热议

维恩图展现逻辑思维

以直观的分数的代替百分比
提醒与会者资源有限

重新定义“效率”的会议指南

聪明人的 开会技巧

100 TRICKS TO APPEAR SMART IN MEETINGS

[美] 萨拉·库珀 (Sarah Cooper) 著 余卓桓 译



湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE



图书在版编目(CIP)数据

聪明人的开会技巧 / (美) 萨拉·库珀
(Sarah Cooper) 著; 余卓桓译. —长沙: 湖南文艺出版社, 2019.3

书名原文: 100 tricks to appear smart in meetings

ISBN 978-7-5404-8704-1

I. ①聪… II. ①萨… ②余… III. ①工作方法—通俗读物 IV. ①B026-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 091954 号

© 中南博集灵卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可, 任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容, 违者将受到法律制裁。

著作权合同登记号: 图字 18-2018-072

100 TRICKS TO APPEAR SMART IN MEETINGS: How to Get By Without Even Trying by Sarah Cooper
Copyright © 2016 by Sarah Cooper

Published by arrangement with Sarah Cooper LLC c/o Black Inc.,
the David Black Literary Agency through Bardón-Chinese Media Agency

Simplified Chinese translation copyright © (2019)

by China South Booky Culture Media Co., Ltd.

ALL RIGHTS RESERVED

上架建议: 商业·励志

CONGMING REN DE KAIHUI JIQIAO

聪明人的开会技巧

作者: [美] 萨拉·库珀

译者: 余卓桓

出版人: 曾赛丰

责任编辑: 薛健 刘诗哲

监制: 毛闽峰 李娜

特约策划: 张明慧

特约编辑: 王苏苏

营销编辑: 杨帆 周怡文 刘珣

版权支持: 辛艳 刘子一

封面设计: 仙境

版式设计: 潘雪琴

出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段 508 号 邮编: 410014)

网 址: www.hnwy.net

印 刷: 三河市晟雅豪印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 880mm × 1270mm 1/32

字 数: 86 千字

印 张: 5.75

版 次: 2019 年 3 月第 1 版

印 次: 2019 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5404-8704-1

定 价: 38.00 元

若有质量问题, 请致电质量监督电话: 010-59096394

团购电话: 010-59320018

卷首语

- * 我将告诉你们我的心得，我只说一次 002

ONE

做好准备

- * 会议室的剧本：进入会议室 013
- * 一般性会议：让你表现更优秀的 10 条重要策略 014
- * 白板策略：你可以画 21 个简单明了的图表 025
- * 一对一情形：如何说服你的同事，让他认为你
真正在乎工作 030
- * 情商计划：如何展现你的面部表情 042
- * 会议电话：如何在通话中表现优秀 047
- * 放眼全球：如何在世界性会议上让自己表现优秀 060

TWO.

核心对话

- * 会议室的剧本：成为会议室的主人 067
- * 团队会议：如何像老板那样展现气场 068
- * 融入其中：在由男性主导的职场里，如何参加会议 078
- * 临时会议：如何像忍者那样应对会议上出其不意的“偷袭” 082
- * 虽然这是一个严肃的会议，但如何让这个会议看上去不像一个严肃的会议 091
- * 陈述：如何在不说太多话的情况下，征服其他人的心 094
- * 参加会议带上“小抄”：解释每个人所说的话 107
- * 头脑风暴式会议：如何作为团队里具有创造力的人 109

THREE

下一步

- * 会议室的剧本：离开会议室 127
- * 交际活动：面对你之后再也不会见到的人，你该怎样与他们建立联系 128
- * 在参加社交活动时，你该做出怎样的手部动作 140
- * 现实的团队建设：加入公司的文化俱乐部 145
- * 历史上的著名会议 154
- * 高级的会议能力会让你得到提拔（或是遭到解雇） 158
- * 商务晚宴：如何在不自然的社交场合表现优秀 160

后续内容

- * 会议的间隙：工间休息是你表现自己的时候 173

FOREWORD

卷首语

我将告诉你们我的心得， 我只说一次

与所有人一样，在参加会议时让自己表现得更优秀，这一直是我优先考虑的问题。有时，如果在会议上你幻想着自己的下一份工作、下一次打盹或是一块美味的熏肉时，这会变得非常困难。当这种情况出现的时候，你最好有一些可以依赖的技巧。本书将提供 100 条你可以信赖的技巧。

很多人都说，要聪明地工作，而不是埋头努力地工作。但我要说，停下手头的工作，好好地打个盹。当你们认真学习了本书讲述的各种策略，将其内化并付诸实践的话，那么你们就能在你所在的公司扮演重要的角色。

我能问你几个小问题吗？

你需要参加会议吗？

你希望自己的事业上一个台阶吗？

你喜欢回答一些毫无意义的设问吗？

你是为自己买这本书，还是为别人买这本书呢？

本书是为你而写，也是为别人而写。

为什么你在会议上的表现那么重要？说真的，这到底是为什么呢？

原因有很多。我们参加会议是为了“合作”，分享“信息”，向所有人证明我们的“工作”不是“毫无价值的”。还有就是，我们无法想到一个更好的借口。

据统计，我们大约将百分之七十五的工作时间都用在会议上，每年会举办大约一千一百万场会议。但是，超过三分之一的会议都用于计划下一次会议，另外六分之一的会议则是要求某人重复别人之前所说的话，因为那人没有认真听，而剩下六分之三的会议所要讨论的问题，其实都是可以通过一封邮件来解决的。

没人会用心参加会议的。因此，要想出人头地，在参加会议

的时候，你就需要比其他人更加用心。事实上，参加会议是你展现自己领导潜能、软技能、分析性能力与创造性思维能力为数不多的机会。

你在会议上表现得更优秀，你就会受邀参加更多会议，就能拥有更多表现的机会，那么你就更能像所有首席执行官那样，转动着椅子，双眼盯着天花板，吹着口哨。

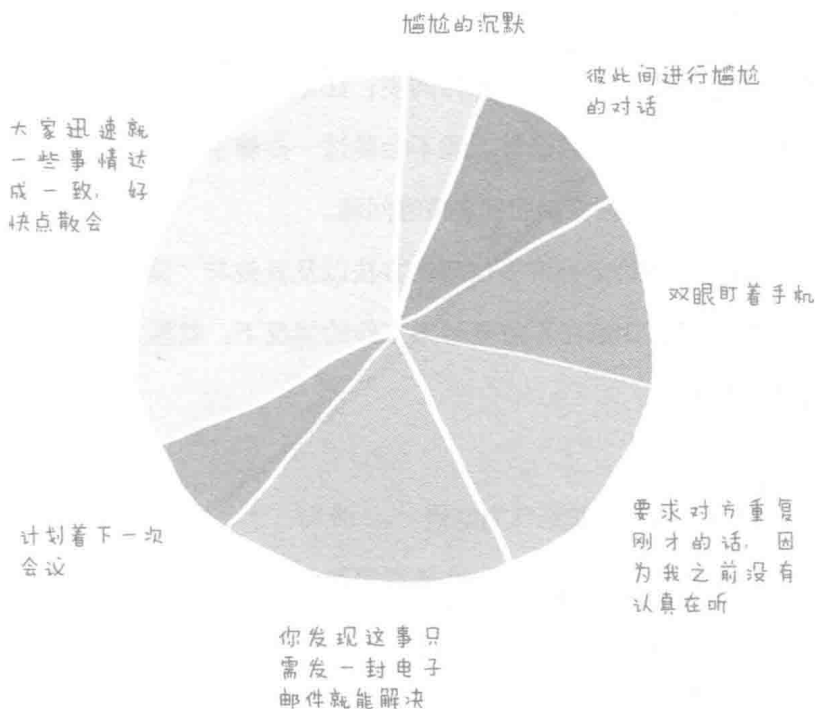
写这本书的用意

我之所以写这本书，是因为有人付钱而且我也想写。不过，我之所以要写，是因为交稿日期快到了。

早在 2007 年夏天，当时我在雅虎上班，就开始记录一些参加会议的技巧。在我参加的会议上，我亲自观察了许多主管、副总裁、资深副总裁、资深副总裁兼总经理的表现。七年之后，我成为谷歌公司的一名经理，受邀参加了比之前更多的会议。在我一帆风顺的职场之路上，我是如何实现人生轨迹的转变的呢？无非就是在我参加的会议上，让自己表现得更优秀。

各种情形占据会议时间的比例

资料来源: thecooperreview.com



本书有什么内容

我在本书讲解的深入程度会超过你们的想象。我会谈及每一种类型的会议，从一对一的会议到会议陈述，让你们无论在什么类型的会议上，都能用简单的方法让自己表现得更优秀。

接着，我会与你保持同步，告诉你应该怎么做，才能让你与正常工作环境之外的事情保持同步；让你即便在没有参加会议的情况下，也知道该怎么做。我不会跳过一些棘手、复杂的技术性难题，比如你如何控制面部表情等问题。

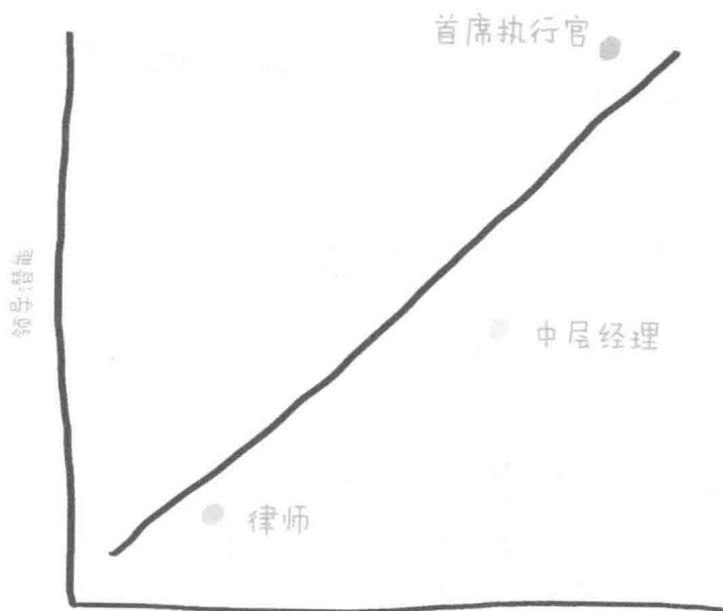
本书会带给你们许多技巧、方法以及其他与“策略”有着相似性的技能，让你在不需要努力工作的情况下，就能实现梦寐以求的职业梦想。

以一个励志的总结作为结语

感知代表现实。我认为这是克里斯托弗·哥伦布当年说的一句话。他说得没错。我将自己认为所了解的一切知识都投入了这本书里，我真诚地希望这些技巧能够像帮助我一样，给你们带来许多帮助。

职业生涯

资料来源: thecooperreview.com



你可以表现的会议次数

如何阅读这本书

- ☐ 首先买这本书
- ☐ 为你的同事购买这本书（你喜欢的那些同事）
- ☐ 准备一次会议，专门讨论这本书
- ☐ 准备一次后续会议，虽然没有什么可讨论的
- ☐ 在你的桌面上放着这本书
- ☐ 在所有的会议室里放着这本书
- ☐ 当你进行商务旅行时，在你的手提箱里放一本
- ☐ 在你的床头柜上放一本，正如你将苹果手机放在软垫上

SETTING THE STAGE

ONE

做好准备

- ★ 会议室的剧本：进入会议室
- ★ 一般性会议：让你表现更优秀的 10 条重要策略
- ★ 白板策略：你可以画 21 个简单明了的图表
- ★ 一对一情形：如何说服你的同事，让他认为你真正在乎工作
- ★ 情商计划：如何展现你的面部表情
- ★ 会议电话：如何在通话中表现优秀
- ★ 放眼全球：如何在世界性会议上让自己表现优秀