

逻辑表达

Logical Expression

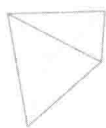
高效沟通的金字塔思维

张巍◎著



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS

浙江大学出版社



Logical
Expression

逻辑表达

高效沟通的金字塔思维

张 巍◎著



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS

浙江大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

逻辑表达：高效沟通的金字塔思维 / 张巍著. —
杭州：浙江大学出版社，2020.1
ISBN 978-7-308-19679-6

I. ①逻… II. ①张… III. ①人际关系学 IV.
①C912.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2019)第 246526 号

逻辑表达：高效沟通的金字塔思维

张 巍 著

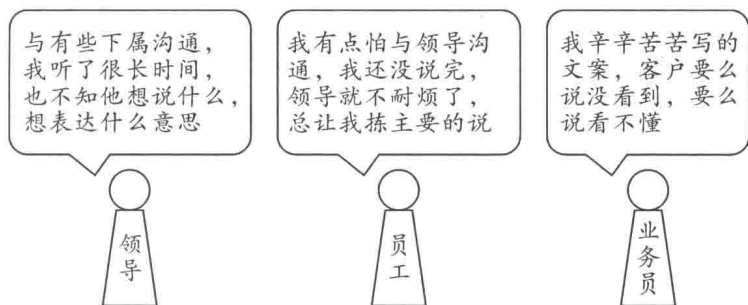
责任编辑 曲 静
责任校对 夏斯斯 杨利军
出版发行 浙江大学出版社
(杭州市天目山路 148 号 邮政编码 310007)
(网址：<http://www.zjupress.com>)
排 版 杭州中大图文设计有限公司
印 刷 浙江印刷集团有限公司
开 本 880mm×1230mm 1/32
印 张 6.375
字 数 117 千
版 印 次 2020 年 1 月第 1 版 2020 年 1 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-308-19679-6
定 价 52.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社市场运营中心联系方式：0571-88925591；<http://zjdxcb.com>；<http://zjdxcb.tmall.com>

序言 运用逻辑思维，成就高效沟通

在过去 10 年的培训咨询业务中，我经常听到一些企业员工提出关于沟通表达的困惑：



职场中关于沟通表达的困惑

以上这些都是我们在职场中经常遇到的情形。其实类似的问题，在我之前任职亚洲培训经理的跨国公司里也常常耳闻目睹。人们在工作中对于大量信息的呈现表达，无论是以书面还是口头的方式，无论对于信息表达的一方还是信息接

收的一方,都认为是件头疼的事情。

此时你可能会问:在面对大量的信息时,要如何呈现和表达,才能提高信息表达的效果和效率呢?这就需要通过逻辑结构的设计来实现。

让我们先来看一个例子:假设我们要向朋友推荐9种健康食物,应该如何推荐?

大家最先想到的可能是逐个介绍每种食物,比如:

今天我为大家推荐一些健康的食物,有助于改善大家的饮食结构。先推荐葡萄,因为葡萄富含维生素C,食用后既可以提高免疫力,又可以缓解疲劳。接下来大家可以多吃土豆,因为土豆含有淀粉,吃了可以增加力气。大家也可以选择奶酪和酸奶,它们富含益生菌,有助于消化。大家还可以选择吃些萝卜,俗话说:“冬天萝卜赛人参。”另外建议大家每天吃一个苹果或橘子,因为它们富含维生素C,可以缓解疲劳并且提高免疫力。当然,牛奶和黄油也是非常好的补钙食物。

像上面的这一段表达,朋友们听完之后能记住几种食物?过了30分钟后,还能记住多少?3天后,还能记住什么?估计3天后,大家可能只记住一两种印象比较深刻的食物,甚至1



逐一介绍 9 种健康食物

种都记不住。因为这一段的表达只是在简单地罗列信息,没有什么逻辑结构贯穿在表达的信息中。

让我们来换一种含有逻辑结构的表达方式:

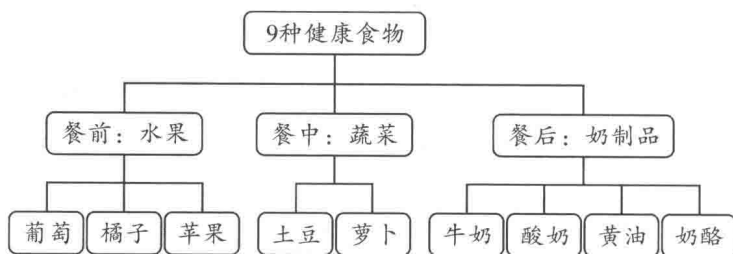
接下来,我为大家推荐 9 种健康食物,希望能改善各位的饮食结构。我会分别从餐前、餐中和餐后为大家介绍。

餐前,建议大家多吃水果,因为水果富含维生素 C,可以帮助我们缓解疲劳,提高免疫力。我将按个头从小到大为大家推荐:小的水果可以选择葡萄;稍大一点的可以选择橘子;再大一点的可以选择苹果。

餐中,建议大家多吃蔬菜。我按形状来为大家推荐:圆的可以选择土豆,土豆含有淀粉,吃了可以让大家增加力气;长的可以选择萝卜,萝卜能消食化积、通气清热,俗话说:“冬天萝卜赛人参。”

餐后,推荐大家多服用一些奶制品补钙,因为餐后饮用有利于人体钙的吸收。市场上供应的奶制品一般分为液体和固体两类。液体的奶制品,大家可以选择牛奶和酸奶;固体的奶制品,大家可以选择黄油和奶酪。

如果大家餐前多吃水果,餐中多吃蔬菜,餐后多吃奶制品,我相信大家一定会养成健康的饮食习惯。



以逻辑结构呈现 9 种健康食物

如果换成上面这段有逻辑结构的表达,朋友们听完之后能记住几种食物?过了 30 分钟后,还能记住多少?3 天后,还能记住什么?我相信大家应该能记住 80%~90%的信息吧。

为什么相同的内容在设计了逻辑结构后再呈现,会让人记住更多的信息呢?

这就要追溯到人脑的结构,下面我们就去探探其中的奥秘。

据巴西神经学家苏扎娜·赫尔库拉诺·霍泽尔的研究,人类拥有的神经元细胞大约是 860 亿个。如果把它们排成一条直线,长度将达到 1000 千米。这些神经元之间是由神经纤维连接着的,从而汇集成错综复杂的网状结构,居于脑干的中央。



错综复杂的神经网络

当我们表达的信息没有逻辑时,信息就会被随机地存储在各个神经元细胞中。这种随机的存储方式会导致我们在回忆和表达信息时感到困难。

就像我们回到家后,把外套、衬衣、领带、皮带、裤子、袜

子、鞋子等随意地乱扔，等我们要去找的时候，就会感到非常困难，有些东西已经不记得放在了哪里。

实际上，分组与归类是大脑处理信息时的自然特点。大脑喜欢把相似的信息归类整理在一起，方便存储，也方便提取。

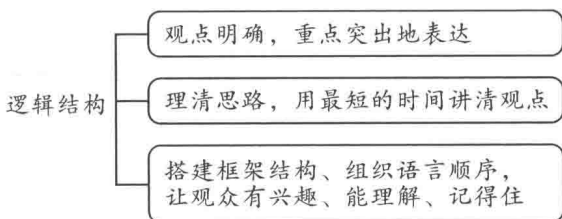
这就像我们回家后，把鞋子放在一起、裤子放在一起、衣服放在一起，这样的归类整理既方便我们存储衣物，又方便我们将来取用。

当我们所表达的信息有逻辑结构时，信息接收者在接收到逻辑时会感觉到一些兴奋。这种兴奋的感觉，就是生物电信号在神经纤维上传输的感觉。通过这些因逻辑而产生的生物电信号，神经元细胞在神经纤维上被连接在一起。信息就会按照逻辑顺序，依次地存储在神经元细胞上。

比如上文介绍健康食物，当我说“会分别从餐前、餐中和餐后为大家介绍”时，逻辑就会让大脑产生生物电信号，并在大脑中申请三个神经元细胞以存储这些信息。而当我说“按个头从小到大为大家推荐”水果时，逻辑又会让大脑产生生物电信号连接出三个神经元细胞，以备之后按从小到大的顺序来存储这些信息。

此外,对比之前没有逻辑的表达方式,讲完9种食物后,听众可能会觉得信息不完整,会疑惑是不是在健康食物的推荐中还有遗漏。而当我设计出“餐前、餐中和餐后”的逻辑结构后再去表达,听众则会感觉关于健康食物的推荐是完整的。可见,准确恰当的逻辑结构,不仅可以帮助人脑去记忆信息,而且可以提高表达的说服力和影响力。

总之,通过逻辑结构的设计,可以提升以下方面的沟通效果:



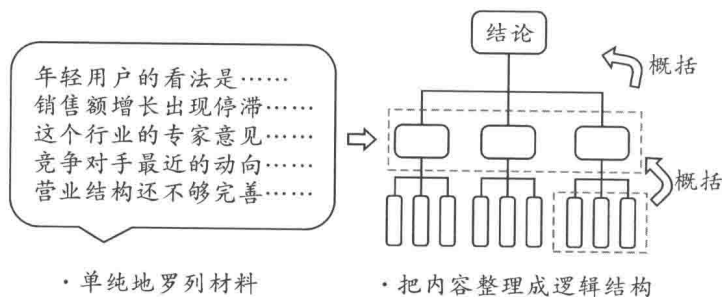
运用逻辑结构,提升表达效果

实际上,受众无论是在阅读书面资料(如邮件、报告、文章等),还是在聆听演讲或是接听电话,都是在获取信息,都是在面对一项复杂的任务。受众必须理解每一句话,寻找语句之间的联系,关联前后内容,并反复思考。

因此,我们在表达信息时,就要通过逻辑结构的呈现,使接收信息这项复杂的任务尽可能地简化,让受众有兴趣、

能理解、记得住。

而逻辑结构的设计,通常需要运用金字塔原理。比如,当我们要表达大量信息时,可以按照人脑结构的自然特征,对沟通内容进行归类和概括,形成金字塔结构,表达的顺序可以从金字塔顶部开始,逐层逐步向下展开。这样不仅符合人类思维的普遍规律,而且会让受众更加容易理解与跟随。



将多项信息整理成金字塔结构

“工欲善其事,必先利其器”,这本书将与大家分享活学活用金字塔原理的方法,通过金字塔原理这一“器”的运用,设计逻辑结构,从而使大家实现精准表达、高效表达。

本书会依次分享:

第一章“为什么要掌握金字塔原理”,即分享 WHY(学习金字塔原理的理由和好处);

第二章“揭开金字塔结构的面纱”,即说明 WHAT(介绍金字塔结构的相关知识);

第三章“灵活构建金字塔结构”,即教授 HOW(如何构建标准的金字塔结构);

第四章“拓展逻辑设计”,即属于 EXPANSION(如何设计更复杂、更高级的逻辑结构);

第五章“精彩呈现逻辑结构”,即讨论 SHOW(让大家得心应手地运用逻辑结构,进行口头表达和书面呈现)。

相信读者通过本书的学习,在掌握了逻辑结构的设计和呈现方法后,就会从单纯地罗列材料(低效率的表达),转变为通过逻辑结构使材料之间的关联性和重要度一目了然(高效率的表达)。掌握高效率的逻辑表达,定会让你收获富有成效的人生。

第一章 WHY:为什么要掌握金字塔原理

- 01 赋能表达的三大优势 / 005
- 02 活学活用的四种应用情境 / 009

职场案例:小试牛刀之协调例会时间

第二章 WHAT:揭开金字塔结构的面纱

- 03 四项基本原则:构建逻辑清晰的表达 / 033
- 04 纵向关系:巧用设问引导受众 / 045
- 05 横向关系:活用演绎逻辑与归纳逻辑 / 048
- 06 MECE 原则:实现不重叠、无遗漏的分类 / 056

第三章 HOW:灵活构建金字塔结构

- 07 标题设计:以 4U/TOPS 原则塑造第一印象 / 073
- 08 序言设计:以 SCQA 结构呈现精彩开场 / 078

09 主体构建:两种方式搭建金字塔结构 / 084

职场案例:获得赏识之选择合作伙伴

职场案例:独当一面之人力资源提案

第四章 EXPANSION: 拓展逻辑设计

10 横向逻辑扩展:提升三大表达效果 / 113

11 高级逻辑设计:玩转逻辑思维的魔方 / 117

职场案例:影响他人之组建项目团队

第五章 SHOW: 精彩呈现逻辑结构

12 故事主线设计:迎合受众,获得认可 / 149

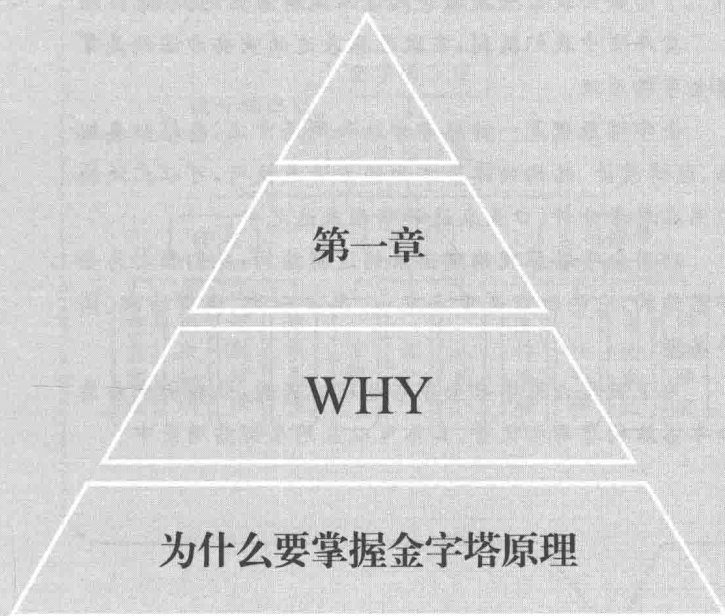
职场案例:人际沟通之讨论孩子教育

13 PPT 结构化设计:优化视觉呈现效果 / 163

职场案例:精彩呈现之应对业务下滑

小结 掌握八大要点,实现逻辑表达

后记 创作背后的故事



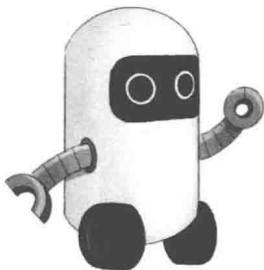
大家好！我是专为逻辑表达而设计的智能机器人“脑门”，下面将由我带领大家一起进入逻辑表达的世界。

在序言中我们提到，实现逻辑表达的重要方法就是掌握金字塔原理。

金字塔原理是一种思考方法和沟通方法，包括归类概括、逻辑设计、结构构建等方面的方法或技巧，可以广泛地应用在思考分析、口头表达和书面表达之中。

利用金字塔原理构建出来的逻辑结构，我们称之为金字塔结构，它的特点是重点突出、层次分明、逻辑清晰、简单易懂。

为了激发大家学习金字塔原理的兴趣，让我们来看看金字塔结构有哪些优势，具体可以应用在哪些场景中。



在正式进入本章内容之前,让我们先来浏览一下本章的内容导图,大致把握一下内容脉络吧。

