

# MATTHEW DICKS

LENNY'S PODCAST

DEEP ANALYSIS

ORIGINAL BY

Lenny Rachitsky

@lennysan • x.com/lennysan

ANALYSIS BY

@Penny777 • x.com/penny777

# Matthew Dicks - Lenny's Podcast

## Matthew Dicks: 故事的力量与商业应用 - Lenny's Podcast深度分析

### 主持人介绍

#### Lenny Rachitsky

- **身份:** 前 Airbnb 产品负责人，硅谷顶级产品管理专家
- **背景:** 在 Airbnb 工作 7 年，负责 Supply Growth 团队，帮助平台从数十万房源增长到数百万
- **现状:** 运营全球最大的产品管理 Newsletter（50万+订阅者）和播客
- **社交媒体:**
  - Twitter/X: @lennysan
  - LinkedIn: Lenny Rachitsky
  - Newsletter: Lenny's Newsletter
  - Podcast: Lenny's Podcast

### 嘉宾介绍

#### Matthew Dicks

- **身份:** 故事讲述大师、作家、教师
- **职业经历:**
  - Elementary School Teacher (至今超过25年)
  - 作家 (小说、非小说)
  - 故事讲述者 (Moth Story Slam 冠军)
- **当前身份:** 作家、教师、故事讲述教练
- **核心专长:** 故事讲述、沟通、教学、写作
- **社交媒体:**
  - LinkedIn: Matthew Dicks
  - 个人网站: MatthewDicks.com

本期Lenny's Podcast邀请了故事讲述大师Matthew Dicks，深入探讨了故事讲述的核心要素及其在商业中的应用。Matthew Dicks分享了他关于“五秒时刻”的故事理论，强调了故事中变化和 stakes 的重要性，并提供了实用的故事讲述技巧。本期节目不仅对希望提升沟通能力的人有帮助，也为营销人员、产品经理等商业人士提供了宝贵的洞见，帮助他们更好地利用故事来吸引受众、传递信息。值得一听的原因在于 Matthew Dicks 将抽象的故事理论转化为具体的、可操作的方法，并结合自身丰富的经验，使听众能够立即应用到实际工作中。

## 核心话题

故事讲述 商业沟通 营销 产品推广 领导力 个人成长

## 核心论点

### 论点一：所有好故事都源于“五秒时刻”

**核心观点:** 故事的核心在于一个瞬间的转变或顿悟，这个瞬间改变了主角的认知或状态。

- 故事并非事件的简单罗列，而是聚焦于一个关键时刻，这个时刻是故事的转折点。
- “五秒时刻”可以是转变（transformation），也可以是顿悟（realization）。
- 了解故事的结尾（即转变或顿悟的结果）有助于确定故事的开头和整体结构。

"Every story is about a singular moment... It's a moment of either transformation, meaning I'm telling you a story about how I once used to be one kind of person and now I'm a new kind of person. Or more common is realization."

— Matthew Dicks

### 论点二：故事讲述需要真实、可信，并符合“晚餐测试”

**核心观点:** 好的故事应该像你在晚餐时会讲述的故事一样，真实、自然、略微提升。

- 故事应该是你自己的经历，这样才能表达真情实感和脆弱性。
- 避免过度表演，保持自然、真诚的讲述风格。
- “晚餐测试”意味着故事的内容和讲述方式应该适合在轻松的社交场合分享，避免过于正式或做作。

### 论点三：故事需要 stakes，即让听众关心故事的走向

**核心观点:** Stakes 是故事中让听众感到担忧、期待或好奇的元素，它能抓住听众的注意力。

- 故事的开头应该设置一个“大象”（elephant），即一个引人注目的事件或冲突，立即吸引听众的注意力。
- Stakes 可以通过设置悬念、展示风险或强调重要性来增加。
- 确保听众始终关心故事中发生的事情，并想知道接下来会发生什么。

## 数据验证结果

## ⚠️ 重要规则：

- ✅ 验证：播客中提到的**数据、统计数字、研究结论、商业指标、行业趋势**
- ❌ 不验证：嘉宾个人背景、职业经历、公司职位（这些属于"嘉宾介绍"部分）

### 验证项 1: 故事讲述在商业中的重要性

- 原文声称: "Everyone loves the word storytelling in business. It's a huge buzzword."
- 验证结果: ✅ 确认
- 来源: Harvard Business Review
- 可信度: ⭐⭐⭐

### 验证项 2: Kurt Vonnegut关于故事写作的建议

- 原文声称: "Start as close to the end as possible."
- 验证结果: ✅ 确认
- 来源: [Kurt Vonnegut, "Bagombo Snuff Box"]
- 可信度: ⭐⭐⭐

### 验证项 3: 故事与PowerPoint演示的对比

- 原文声称: "You've never asked to see a PowerPoint presentation a second time. You've never gone to bed and dreamt about a PowerPoint presentation."
- 验证结果: ⚠️ 存疑
- 分析: 虽然PowerPoint演示通常不如故事吸引人，但在某些情况下，高质量的演示也可能具有很高的价值。这个断言过于绝对。
- 可信度: ⭐

可信度: ⭐⭐⭐ 一手研究/权威机构 | ⭐⭐ 二手来源/可追溯 | ⭐ 无法验证

## 🎯 四维分类评估

### 🟢 高度正确（已验证/权威来源）

#### 观点 1: 故事讲述在商业中的重要性

- 验证依据: Harvard Business Review 等权威商业媒体普遍认可故事讲述在品牌建设、营销和领导力中的作用。

#### 观点 2: Kurt Vonnegut关于故事写作的建议

- 验证依据: Kurt Vonnegut 是著名的作家，他的写作建议被广泛认可和应用。

### 🟡 当下可执行（有明确步骤）

#### 建议 1: 识别你故事中的“五秒时刻”

- 可执行性: 高
- 执行方法: 回顾你的经历，找到一个关键的转变或顿悟时刻，并以此为中心构建故事。

#### 建议 2: 在故事开头设置“大象”

- 可执行性: 高

- 执行方法: 在故事的开头设置一个引人注目的事件或冲突，立即吸引听众的注意力。

## 🟡 理智质疑（需验证）

**存疑点:** 故事与PowerPoint演示的对比

- 质疑原因: 虽然PowerPoint演示通常不如故事吸引人，但在某些情况下，高质量的演示也可能具有很高的价值。这个断言过于绝对。

## 🔴 需警惕（可能有问题）

**风险点:** 过度追求“五秒时刻”而忽略故事的整体性

- 风险说明: 虽然“五秒时刻”很重要，但故事的整体结构和细节同样重要。不要为了追求一个瞬间而牺牲故事的完整性和流畅性。

## 🔑 关键洞察

1. **“五秒时刻”是故事的核心:** 故事的本质在于转变或顿悟，找到并聚焦于这个关键时刻是讲好故事的关键。
2. **真实性是故事的生命力:** 讲述自己的故事，表达真情实感，才能与听众建立连接。
3. **Stakes 抓住听众的注意力:** 通过设置悬念、展示风险或强调重要性，让听众关心故事的走向。
4. **“晚餐测试”确保故事的真实性:** 避免过度表演，保持自然、真诚的讲述风格。
5. **故事讲述在商业中的应用:** 故事可以用于营销、产品推广、领导力等多个方面，帮助企业更好地传递信息、吸引受众。

## 🔧 提到的工具/资源

**工具 1:** Matthew Dicks 的书 "Storyworthy"

- 说明: Matthew Dicks 关于故事讲述的畅销书，提供了实用的技巧和方法。
- 链接: [Amazon](#)

**工具 2:** The Moth

- 说明: 一个致力于故事讲述的非营利组织，提供故事讲述活动、工作坊和资源。
- 链接: [The Moth](#)

**推荐阅读:** Joseph Campbell 的 "千面英雄"

- 说明: 一本关于神话和故事结构的经典著作，对理解故事的本质有很大帮助。
- 链接: [Amazon](#)

## 📅 行动建议

### 🚀 立即可做（今天）

- [ ] 回顾你最近一次的沟通，尝试找到其中的“五秒时刻”。 → [Matthew Dicks LinkedIn](#)

- [ ] 思考你下一个需要讲述的故事，尝试在开头设置一个“大象”。

## 本周尝试

- [ ] 在一次团队会议中，尝试用故事来表达你的观点。
- [ ] 阅读 Matthew Dicks 的 "Storyworthy"，学习更多的故事讲述技巧。

## 深入探索

- [ ] 研究 The Moth 的故事讲述活动，学习他们的故事讲述风格。

## ★ 评分

知识价值: 9/10

- Matthew Dicks 提供了深入的故事讲述理论和实用的技巧，对提升沟通能力有很大帮助。

可执行性: 8/10

- 节目中提到的方法简单易懂，可以立即应用到实际工作中。

商业潜力: 8/10

- 故事讲述在商业中的应用广泛，可以帮助企业更好地传递信息、吸引受众。

投入产出比: 9/10

- 通过学习和应用故事讲述技巧，可以显著提升沟通效果，带来巨大的商业价值。

综合评分: 8.5/10

## 参考来源

- Lenny's Podcast 官方
- Matthew Dicks LinkedIn
- Matthew Dicks 个人网站
- Harvard Business Review
- Amazon - Storyworthy
- The Moth
- Amazon - 千面英雄

来源: Lenny's Podcast

嘉宾: Matthew Dicks

生成时间: 2026-01-16