

<<交互式教练>>

图书基本信息

书名：<<交互式教练>>

13位ISBN编号：9787300076201

10位ISBN编号：7300076203

出版时间：2006-9

出版时间：中国人民大学出版社

作者：劳拉·惠特沃思(Laura Whitworth) 亨利·希姆塞-豪斯(Henry Kimsey-House) 菲尔·桑达尔

页数：246

译者：笪鸿安

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<交互式教练>>

内容概要

《交互式教练——指导他人在生活和工作中获得成功的新技巧》第1篇从总体上介绍了交互式教练模式。

第1章概述了交互式教练的五个相关要素：倾听、直觉、好奇心、行动 / 学习和自我管理。

该章节还描述了三个指导原则：充实、平衡和过程。

这些内容一起构成交互式教练模式核心中学员的计划日程。

第1篇还解释了如何拟定教练和学员的同盟关系，它是整个教练关系的基石。

第2篇详细描述了五个相关要素，具体介绍了一些教练技巧的实例。

提供了教练对话实例和将教练活动用于生活的练习。

第3篇覆盖了三个核心原则：如何就学员的充实、平衡和过程进行指导。

当然在现实生活中，这些是很难区分清楚的，半小时的教练活动可能会涉及这三个方面。

这部分还描述了教练实践——做教练是怎么一回事——并且对未来教练实践的具体情况进行了展望。

本书全面介绍了教练和教练技巧。

它的结构比较系统，给出了现实生活中的一些实例。

它还提供了实际的练习以帮助人们培养教练技巧。

此书适合以下这些人阅读：他们运用我们称之为交互式的独特的教练模式来指导他人；他们想要拓展自己在教练这个新领域的知识，他们需要培养自己的教练能力。

在本书中，你会学到如何理清并推进学员的计划日程，学会如何在此过程中隐身以便让学员完全拥有成功和学习成果。

你会读到一些让他人对自己行为负责的轻松的方法。

你会学到交互式教练中有关价值观、目标制定、生活平衡和自我管理方面的内容。

<<交互式教练>>

书籍目录

第1篇 交互式教练的基本原理第1章 交互式教练模式1.1 四大基石1.2 教练活动意味着行动和学习1.3 模式的核心：学员的计划日程1.4 五个相关要素第2章 交互式教练关系2.1 拟定的同盟关系2.2 教练环境2.3 入门指导的五个要素2.4 恶魔效应2.5 入门指导的成果第2篇 交互式教练技巧第3章 倾听3.1 关注和影响3.2 教练技巧3.3 有人听你倾诉意味着什么第4章 直觉4.1 已知世界和未知世界4.2 直觉正确吗4.3 直觉，一种能力4.4 解释而非判断4.5 如何获得直觉4.6 教练技巧4.7 学员和他们的直觉第5章 好奇心5.1 提问的不同方式5.2 好奇心的价值5.3 好奇心如何适用于教练活动5.4 教练技巧5.5 好奇的力量第6章 行动/学习6.1 教练视角6.2 教练课程6.3 负责到底6.4 回报和结果6.5 责任制中的陷阱6.6 教练技巧6.7 使用一些机制第7章 自我管理7.1 专心处理问题7.2 应对 第一层次倾听的反应7.3 何去何从7.4 控制恶魔7.5 教练技巧7.6 当所有努力都失败时第3篇 交互式教练实践第8章 学员的充实8.1 渴求充实8.2 对充实的个人理解8.3 充实和价值观8.4 充实和内心恶魔8.5 充实和强制法8.6 充实和教练的角色第9章 学员的平衡9.1 当你无法招架时9.2 平衡配方9.3 平衡因人而异9.4 从长远的视角来看待平衡9.5 视角游戏9.6 说“不”9.7 对.....的承诺9.8 一种平衡观第10章 学员的进展过程10.1 过程的表象10.2 教练和过程10.3 过程指导10.4 过程指导的陷阱10.5 过程和责任制第11章 建议和陷阱11.1 时间框架11.2 平视11.3 教练活动流程11.4 萎靡不振与重新振作11.5 将严肃抛一边11.6 其他教练技巧：告诫和要求11.7 时间表和框架结构11.8 不同的教练，不同的风格第12章 展望未来12.1 一种职业的前提条件12.2 想象一个的世界教练的工具箱用于一般学员的首次指导需填写的表格和注意事项首次指导检查清单指导协议个人信息生活之轮主要焦点交换看法重要筹划事项完成事项记录指导前的准备表格用于公司成员的首次指导需填写的表格和注意事项首次指导检查清单首次见面事项学员简介工作绩效评估工作绩效之轮管理/领导之轮其他指导表格生活之轮练习优先考虑事项之轮管理能力之轮空白轮子筹划之轮旋转木马目标和承诺日常习惯日常习惯追踪记录行动和计划记录识破内心恶魔说“行”一说“不行”教练指导练习对未来自我的想象关于生活目的的练习明确价值观的练习教练指导资源强有力的问题询问机制交互式教练技巧清单词汇表译后记

<<交互式教练>>

编辑推荐

什么是交互式教练？

想象这样一个人：他关注你对生活的渴望，关注如何帮助你实现这些渴望。

想象这样一个人：他不仅倾听你说话，还倾听你的话外之音，甚至还捕捉你的不快、你的情感和你的精神状态。

想象这样一个人：他要求你对自己的承诺负责并一直督促你为自己的梦想和目标而努力。

想象这样一个人：他对你的梦想与渴望感到非常好奇，他想了解什么会使你行动起来，什么是你所看重的，什么是你生活中投入激情最多的东西。

想象这样一个人：有时他比你更关注你对生活的渴望。

他了解你的价值观，了解你的生活目的，他要求你真诚面对这一切。

想象这样一个人：他绝对实话实说。

他会指出你的长处和短处。

他知道你可以面对真相，并知道你需要的就是真相。

他知道你的潜力有多大并一直激励你充分发掘潜能，而你自己有时却并不了解。

<<交互式教练>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>