

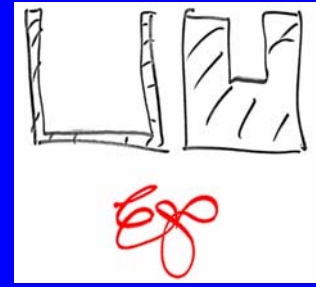


IOCoach

Corporate Coach Program

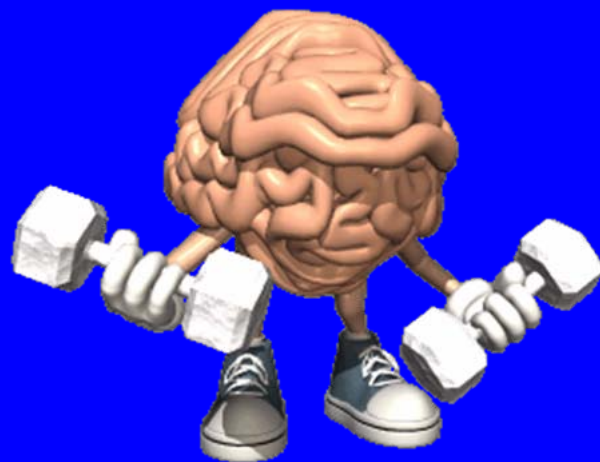
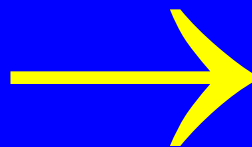


教練基本條件？



哭器

什麼是教練？



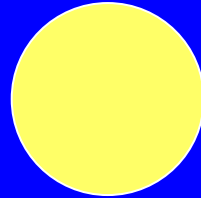
什麼是教練？



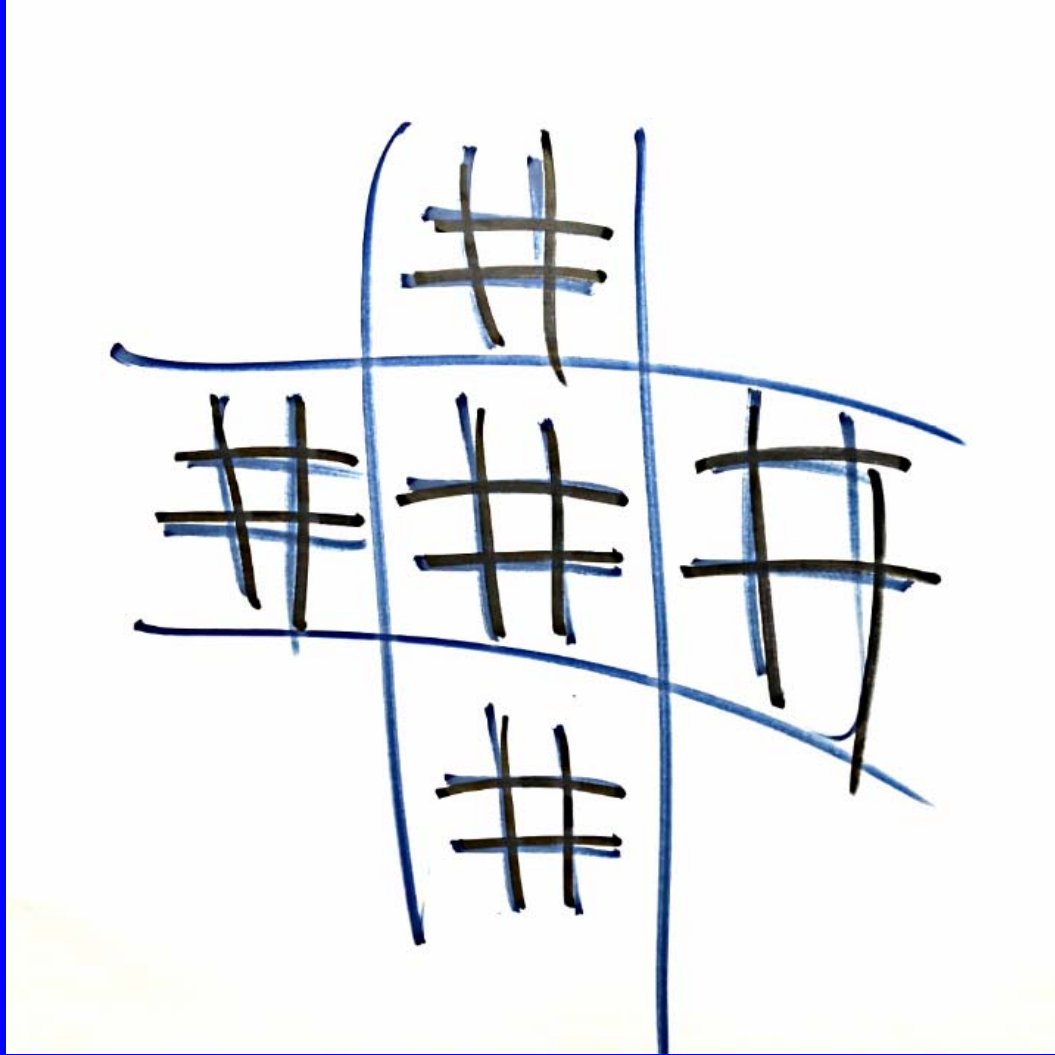
不教而學



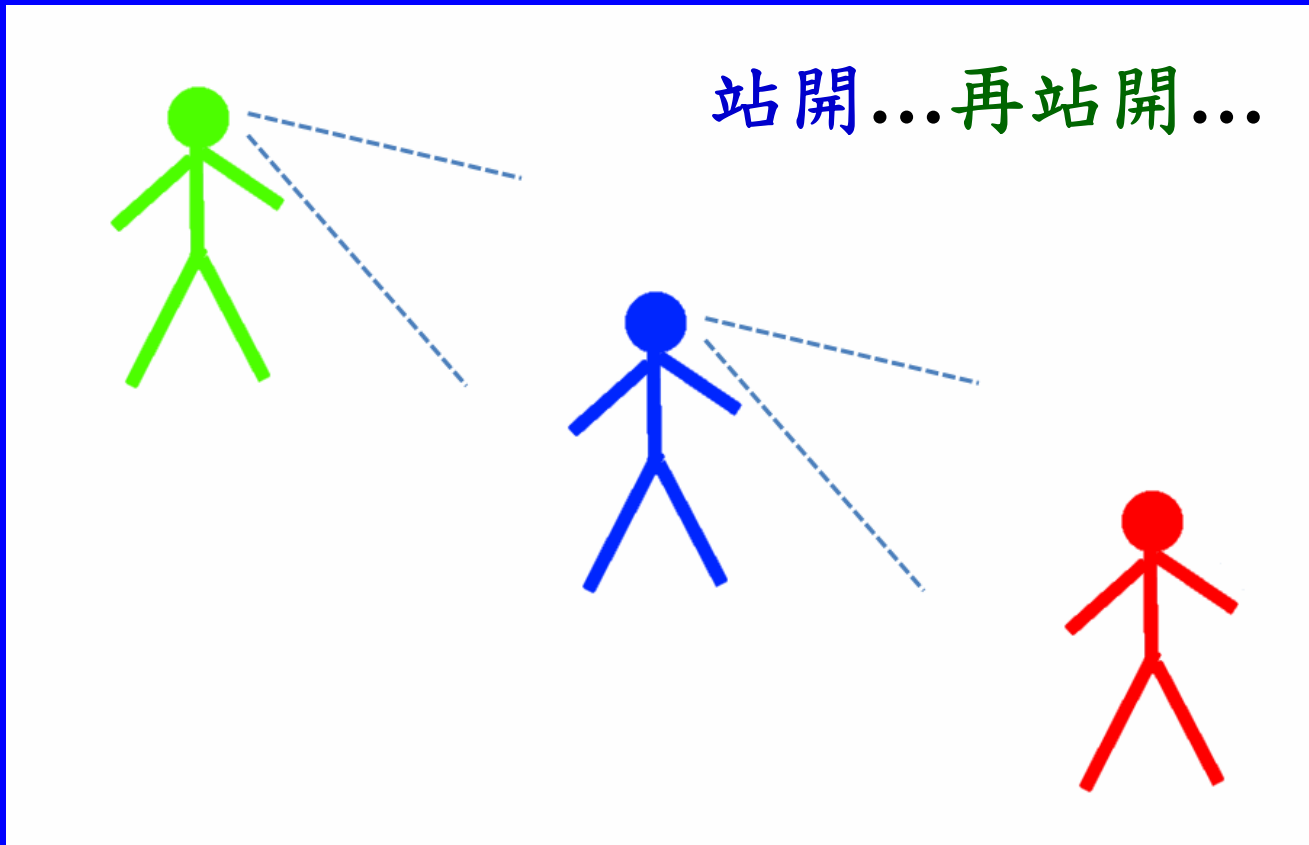
什麼是教練？



什麼是教練？



如何教練？



如何教練？



Opening Up

Cognitively
Grammatically

Closed → Open

Is/5W/1H → What/How/how/~~Why~~

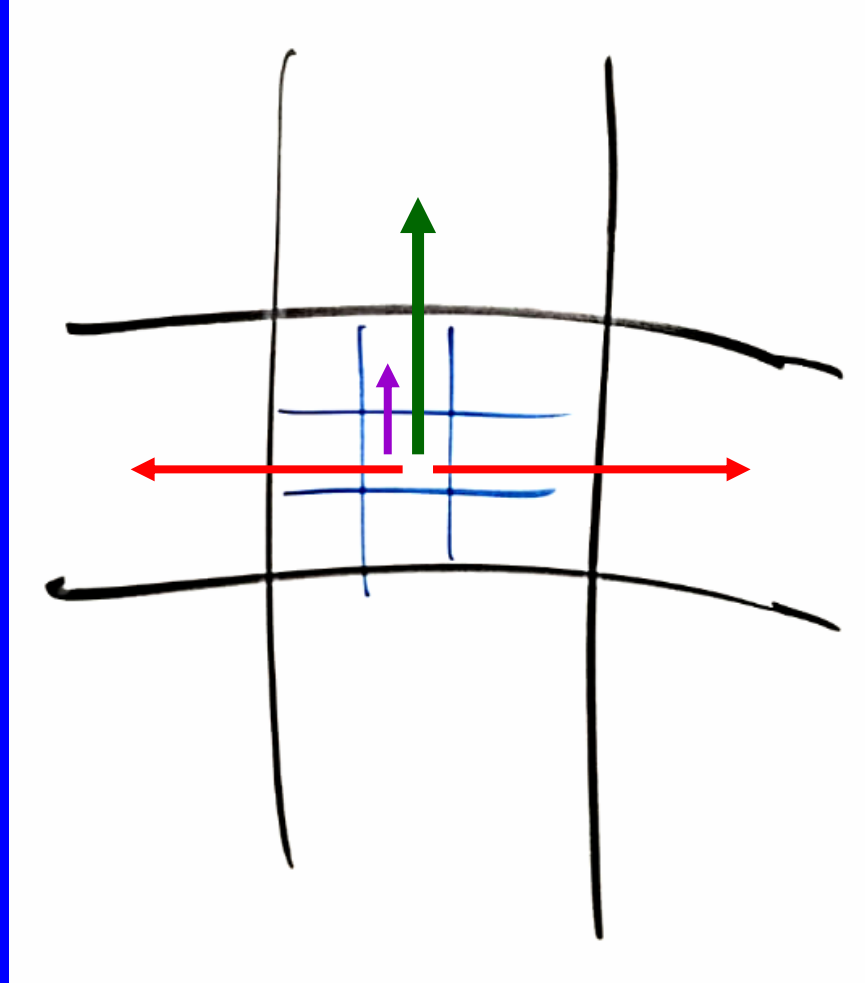
Converging / **Diverging**

Complex / Complicated / Simple

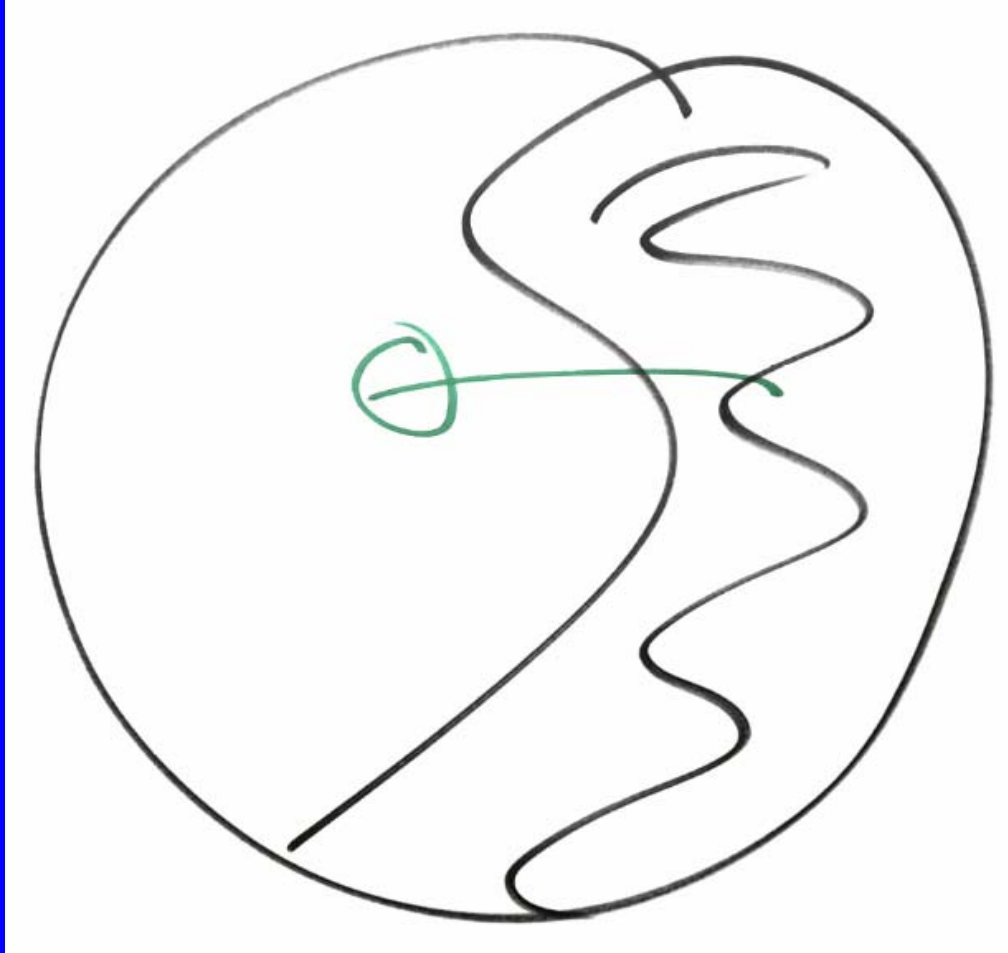
Content-Leading / **Context-Leading**



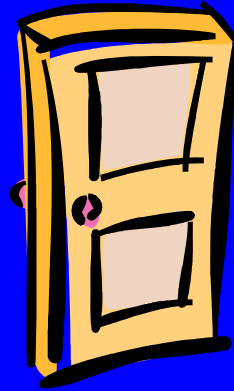
如何教練？



如何教練？



如何教練？

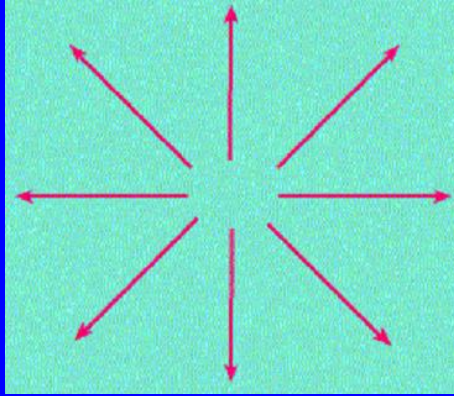


發現可能

思維謬誤

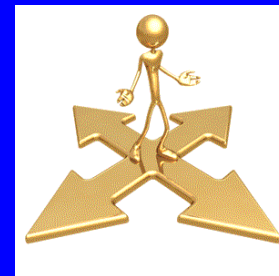
促進思維

如何教練？



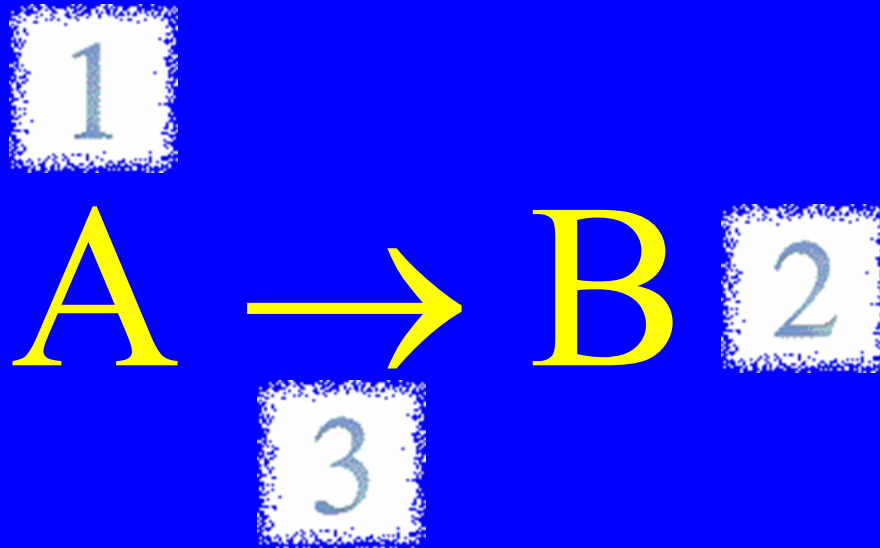
Coaching 的態度

如何教練？



1. 發問但不解答
2. 聆聽但不判斷
3. 聚焦但不局限
4. 擴闊但不縮窄
5. 挑戰但不追迫
6. 反映但不回饋
7. 質詢但不質疑
8. 澄清但不教導
9. 支持但不協助
10. 檢查但不監督

如何教練？



如何教練？

A $\vdash$ P

難題 = ?

欠缺 / 障礙

如何教練？



COACH 程序

培養理念 Concept – 教練風格

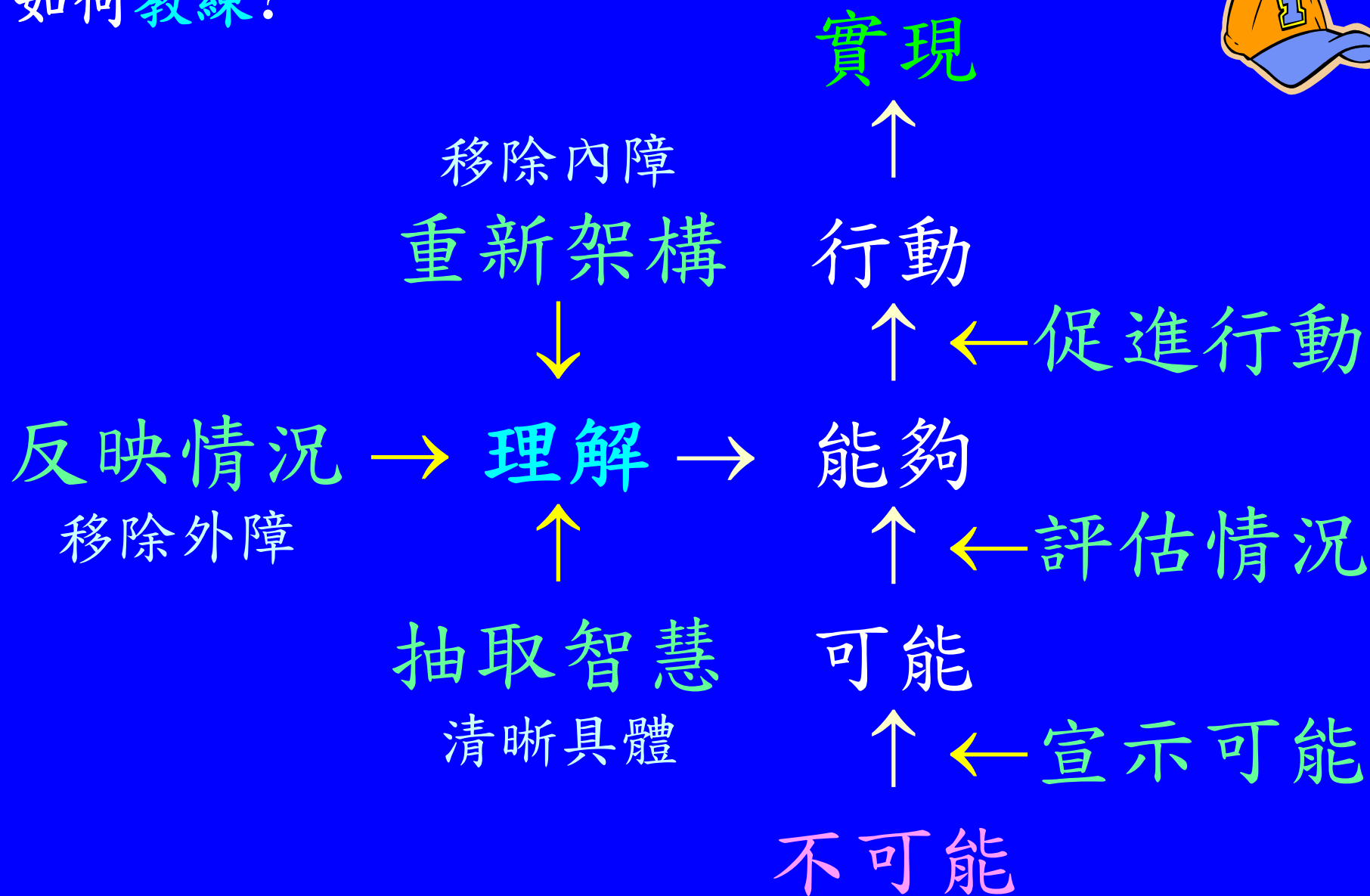
發現方向 Orientation – 發展方向

擴大效果 Amplify – 期望目標

導引行動 Channeling Actions – 達致成果

直達核心 Hacking – 問題→成功

如何教練？



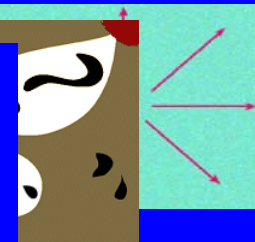
如何教練?



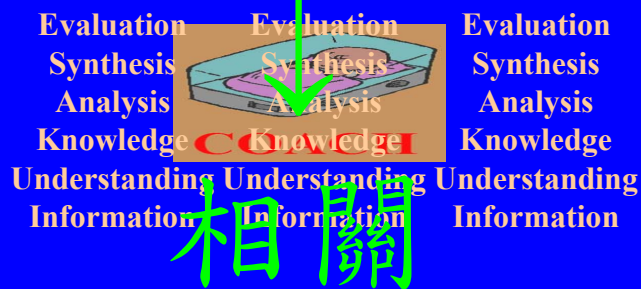
相關



1. 發問 但不解答
2. 聆聽 但不判斷
3. 聚焦 但不局限
4. 擴闊 但不縮窄
5. 挑戰 但不追迫
6. 反映 但不回饋
7. 質詢 但不質疑
8. 澄清 但不教導
9. 支持 但不協助
10. 檢查 但不監督



前 → A → P → 後



如何教練?



詳細一點? 簡單一點? 明白一點?

分別? 不同?

另一種看法?
障礙? 欠缺?

假設?
舉一個例子?

紅旗思想(內在)	紅旗表達(外在)	換旗
 扭曲 Distortion	 混淆想法 Confusion	分野
 偏窄視野 Narrow Perception	 局限演繹 Limiting Interpretation	另一種演繹 障礙
 假設 Assumption	 假象錯覺 Illusion	發現假設 帶回現實 舉例

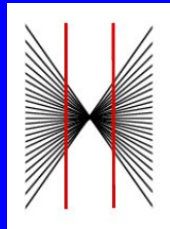


具體一點? 實際是...?

P



O



S

A → B



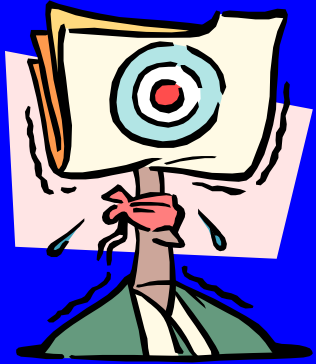
COACH



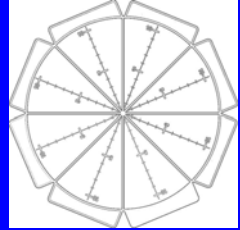
發現可能

思維謬誤

促進思維



Goal Setting Process



Professional Balance Wheel

$A \rightarrow B$ 10 Powerful Questions

SMART Goals

Specific

Measurable

Achievable

Relevant

Timed

Inspiring Coachees to Learn and Act

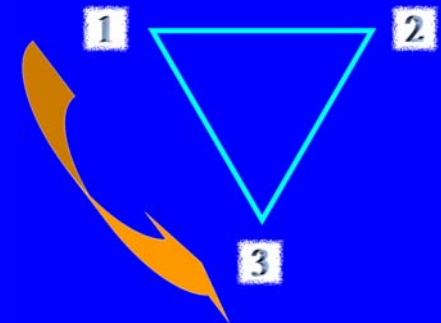
Accountability → **Learn & Act** → **Results**

Self-Management

先助己 後助人



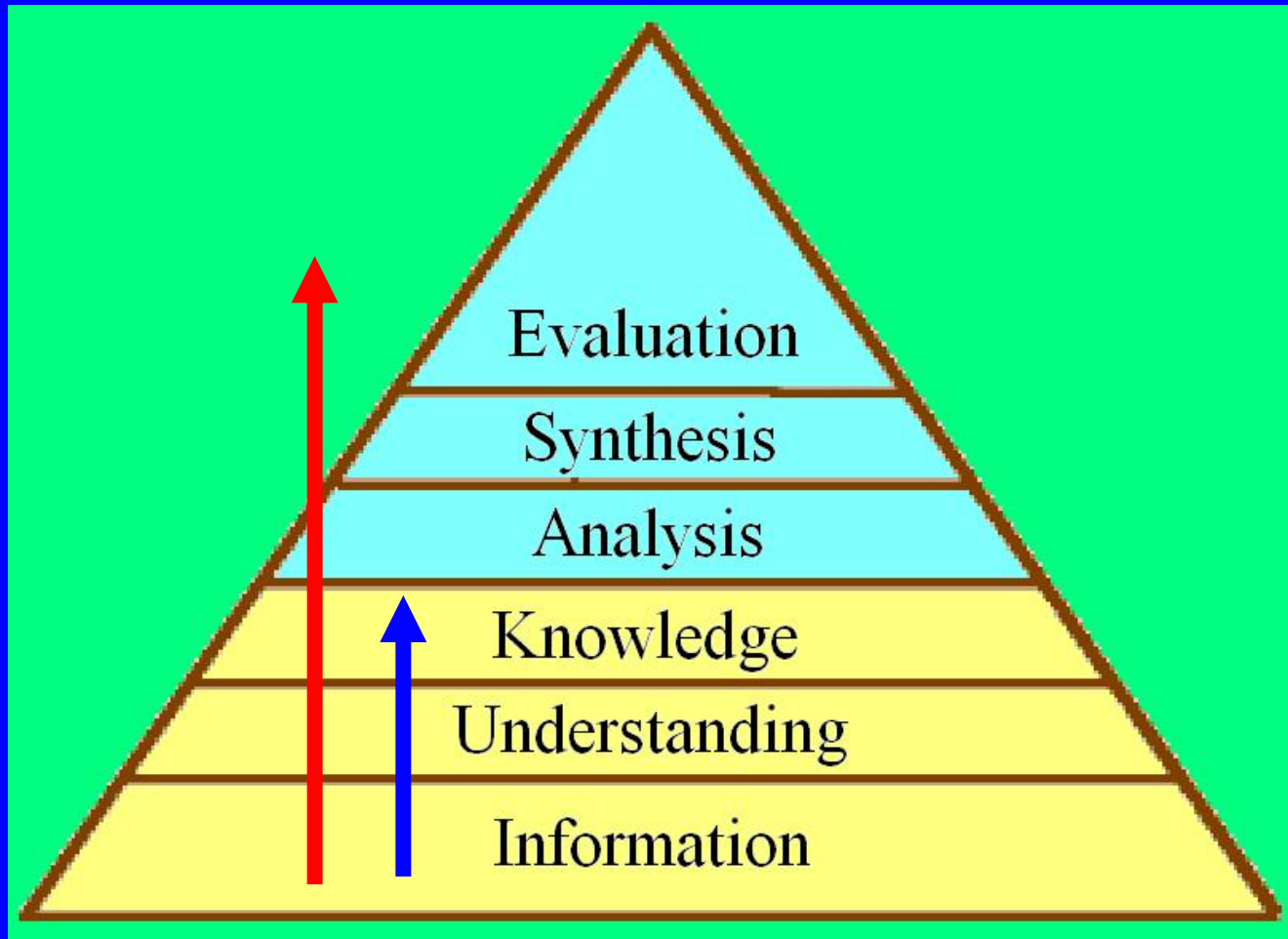
Meta-Communication



The **Process** of Communication



由低至高，逐步思維
無法回答，向下移動
舊題新意，上下之別



Tier 1: Information (Recall) Questions

回想/形容: 當時事實 + 當時情況 + 當時想法

回想 如何(發生)

Tier 2: Understanding Questions

代表/歸類: 現時想法

Tier 3: Knowledge Questions

代表 類別

運用: 理解

運用 改變

Tier 4: Analysis Questions

分拆 + 認識 + 發現

Tier 5: Synthesis Questions

組成 關係

改動組合 → 新方法/想法

組合/結合 取代

Tier 6: Evaluation Questions

評估 想法/方法 的有效性/正確性

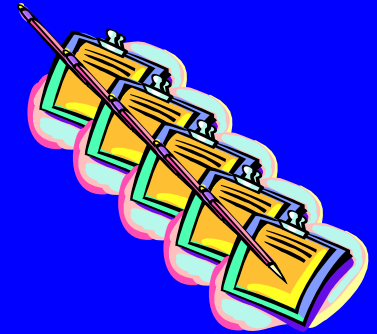
如何知道 如何評估



I. The Blank Blocks List

你認為什麼能夠/正在 障礙/
阻止 你成功做到/達成…呢？

II. Storyboarding



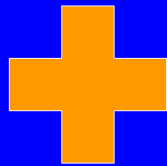
Personal Brainstorming

- **No Idea**

Externalization + Organization

- **Too Many Ideas**

Storyboarding



1,2,3

1,2,3

SMART

SMART



III. Career Projection Exercise©



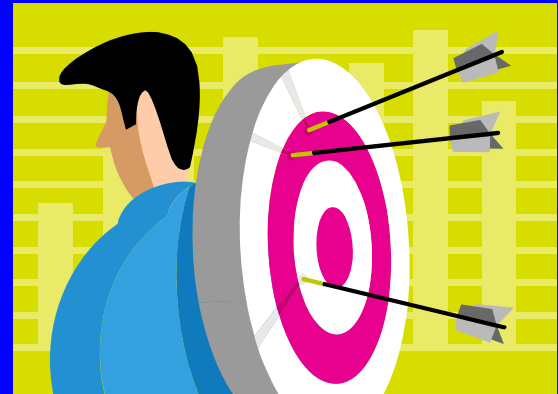
在處理這方面上...
在解決這個難題上...

1. 三位朋友的共通點?
2. 兩位相同、一位不同?

IV. The Stress Inventory

External Stressors

要做未做 → 壓力



V. TruthTalk© Thought Tracking

真實?
有用?



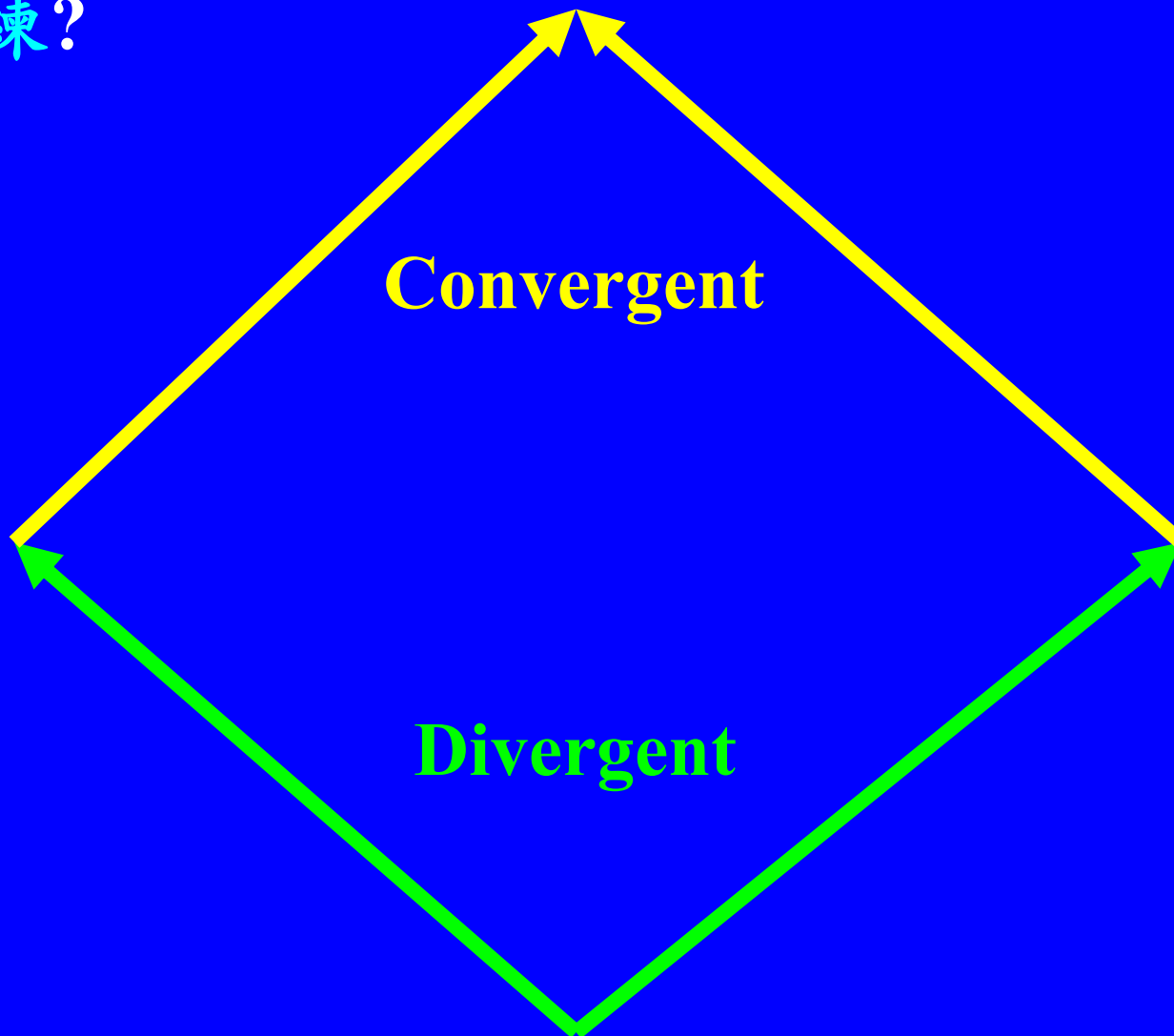


2 Approaches

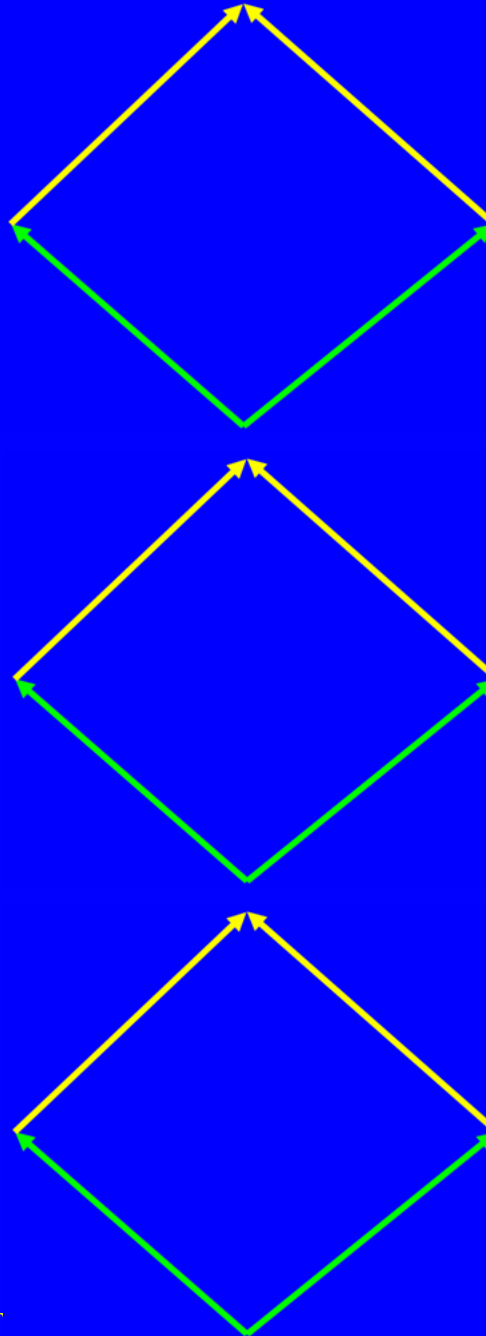
Reactive – After Emotional Event

Proactive – Before Possible Emotional Event

如何教練？



如何教練?





VI. DiSC® Profiles

行為分類學

行為分類學

行為分類學

行為分類學

行為分類學

想要？

目標結果

快事

快人

認同面子

Dominance

Influence

Conscientious

Steadiness

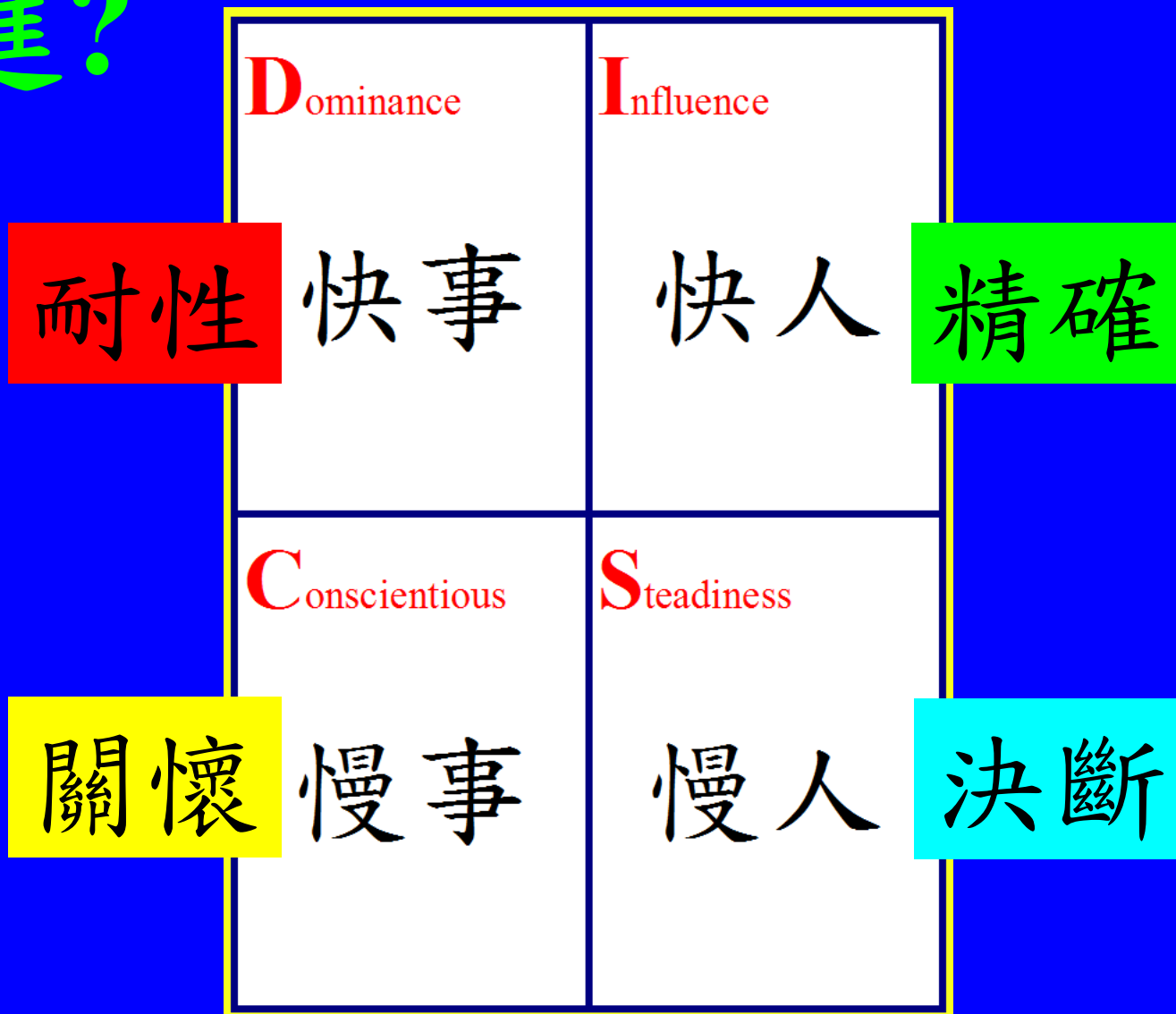
分析精確

慢事

慢人

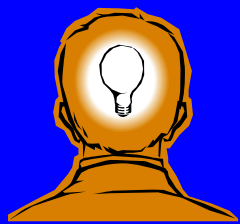
安全穩定

改進?





太多事情 你不知道 你不知道

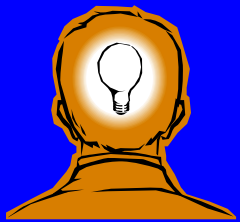


事物本身存在多重表現

真相被障礙

週遭事物影響

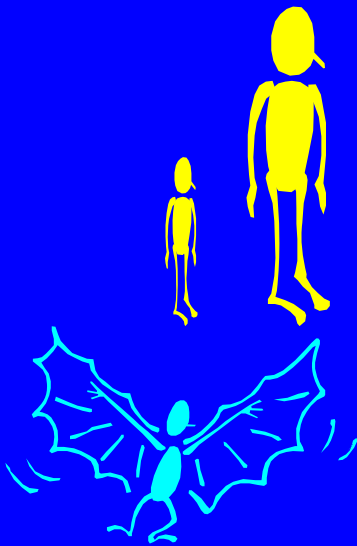
過份集中



Associated 聯繫 → 有限資訊

Detached 分離 → 稍多資訊

Dissociated 抽離 → 更多資訊



Level 2

你 點睇/諗/覺得/認為...?

Level 3

如果呢件事係唔關你事嘅，
你 點睇/諗/覺得/認為...?



支持能帮助你...

大

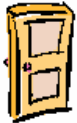
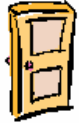
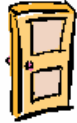
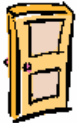
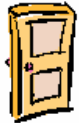
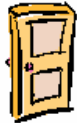
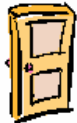
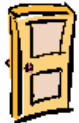
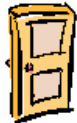
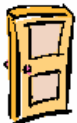
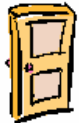
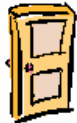
快

易

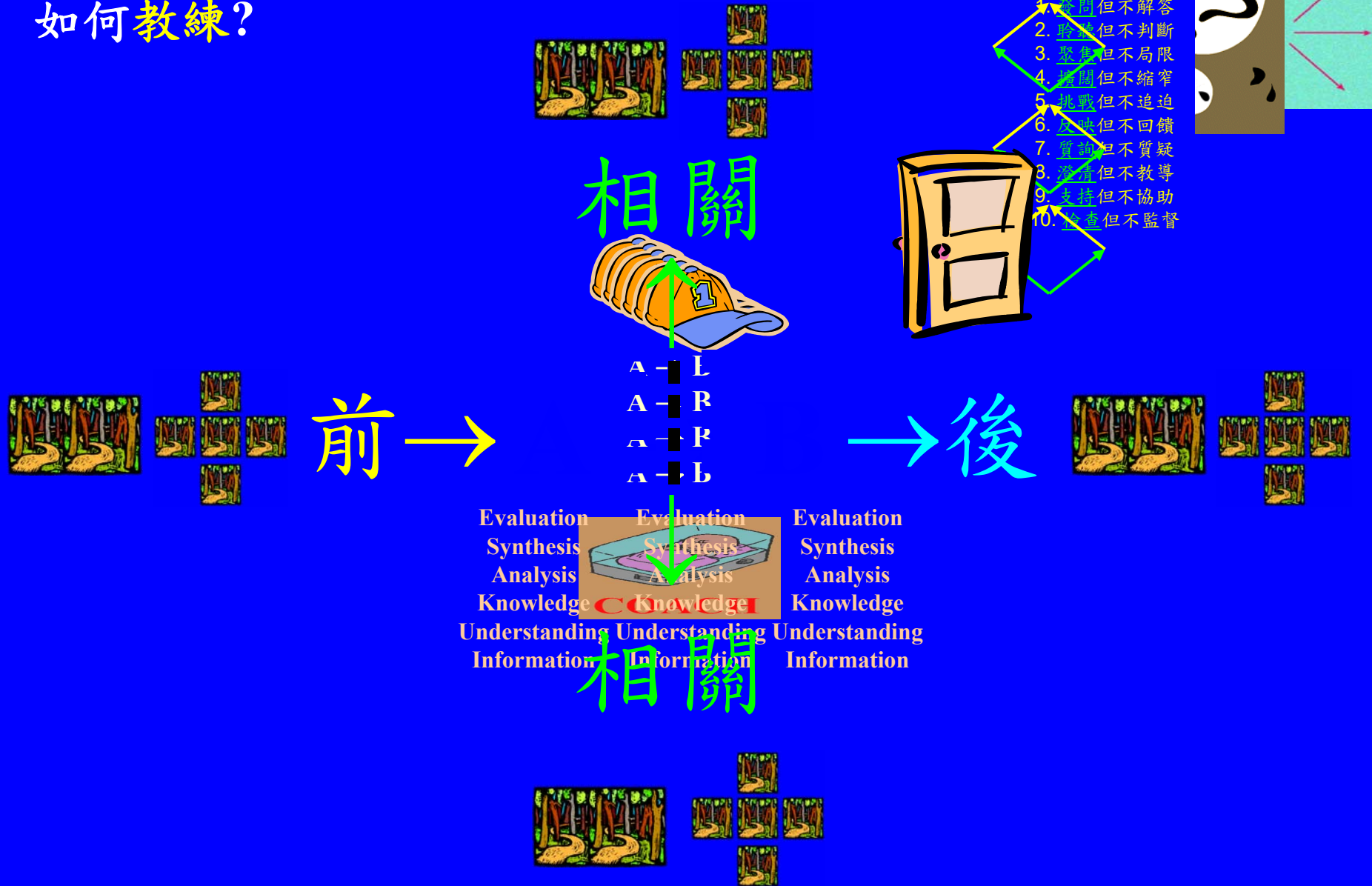
好

平

不同

	A	B	→
	Associated 	Associated 	Associated 
	Detached 	Detached 	Detached 
	Dissociated 	Dissociated 	Dissociated 
	Support 	Support 	Support 

如何教練?



P

O

S



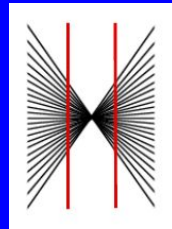
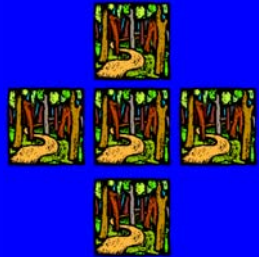
A → B

A → B

A → B

A → B

相關
↑
前→難題/情況→後
↓
相關

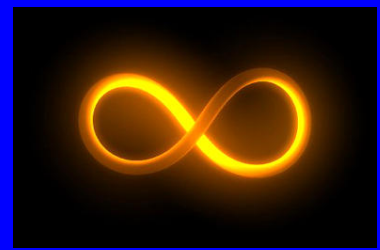


發現可能

思維謬誤

促進思維

發現機會...



60 Model

時機●	●進展
情境●	●改進
條件●	●目標



科學家精神：

System Alpha: 研究手上真實難題

System Beta: 對比、假說、實驗→改進

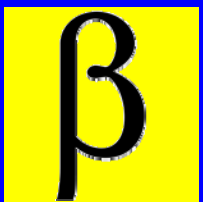
System Gamma: 檢討學習→學習

學習 $\geq$ 改進

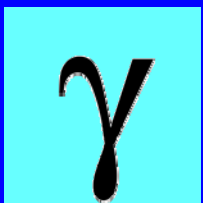


發生什麼事？
應該是怎樣的？

行動前

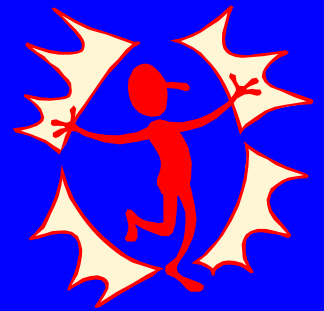


有什麼不同？
什麼令它不能發生？
可做什麼令它發生？



你從中學到什麼？

行動後



知道自己知道什麼
知道自己不知道什麼

Key Points Review

所有問題皆引導!

Content-Leading
Context-Leading

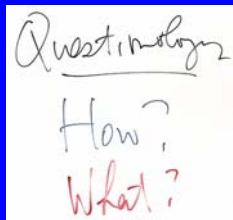
Coaching?
Results?



自行解決

自行思維 → 學習 → 發展
不給意見

如何教練?



Opening Up

Cognitively
Grammatically

Closed → Open

Is/5W/1H → What/How/how/~~Why~~

Converging / **Diverging**

Complex / Complicated / Simple

Content-Leading / **Context-Leading**



如何教練?



詳細一點? 簡單一點? 明白一點?

分別? 不同?

另一種看法?
障礙? 欠缺?

假設?
舉一個例子?

紅旗思想(內在)	紅旗表達(外在)	換旗
 扭曲 Distortion	混淆想法 Confusion	分野
 偏窄視野 Narrow Perception	局限演繹 Limiting Interpretation	另一種演繹 障礙
 假設 Assumption	假象錯覺 Illusion	發現假設 帶回現實 舉例



具體一點? 實際是...?



這種工作沒有人能做到！

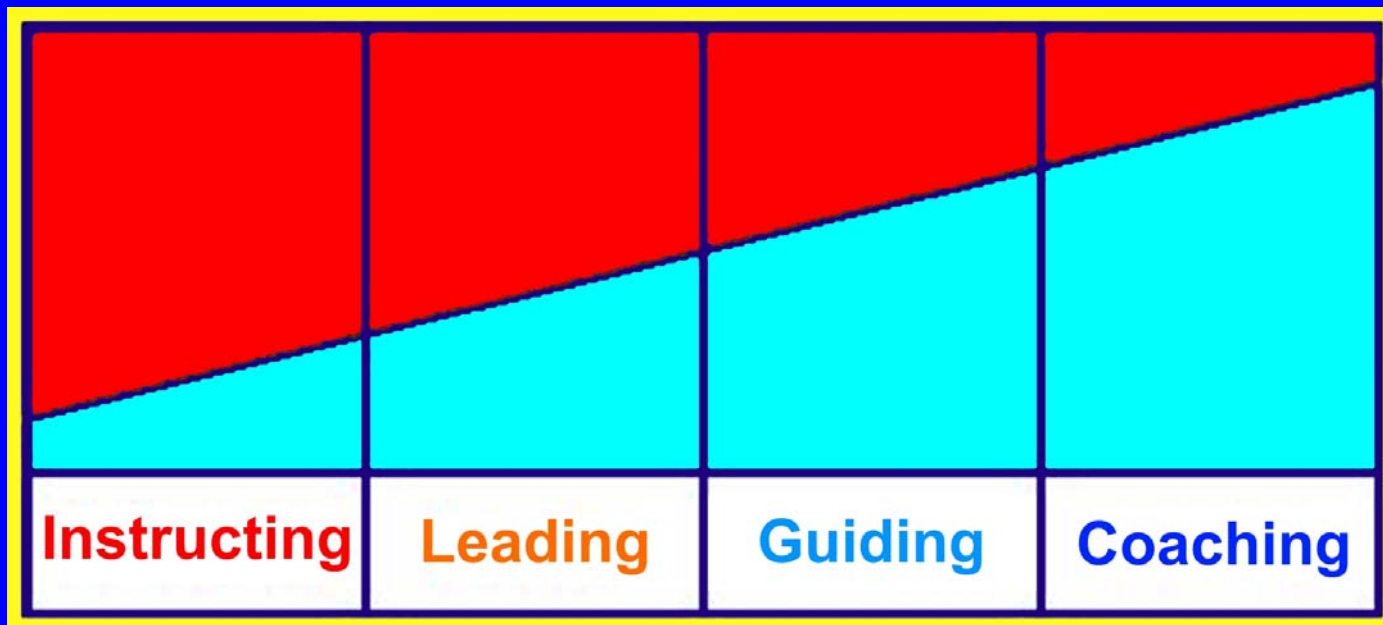
為什麼沒有人能做到呢？
什麼阻礙你做到呢？

$A \vdash P$

難題 = ?

欠缺 / 障礙

教練不是任何情況下, 均較其他管理技術優勝!



不同情況 → 不同方法

有什麼分別？

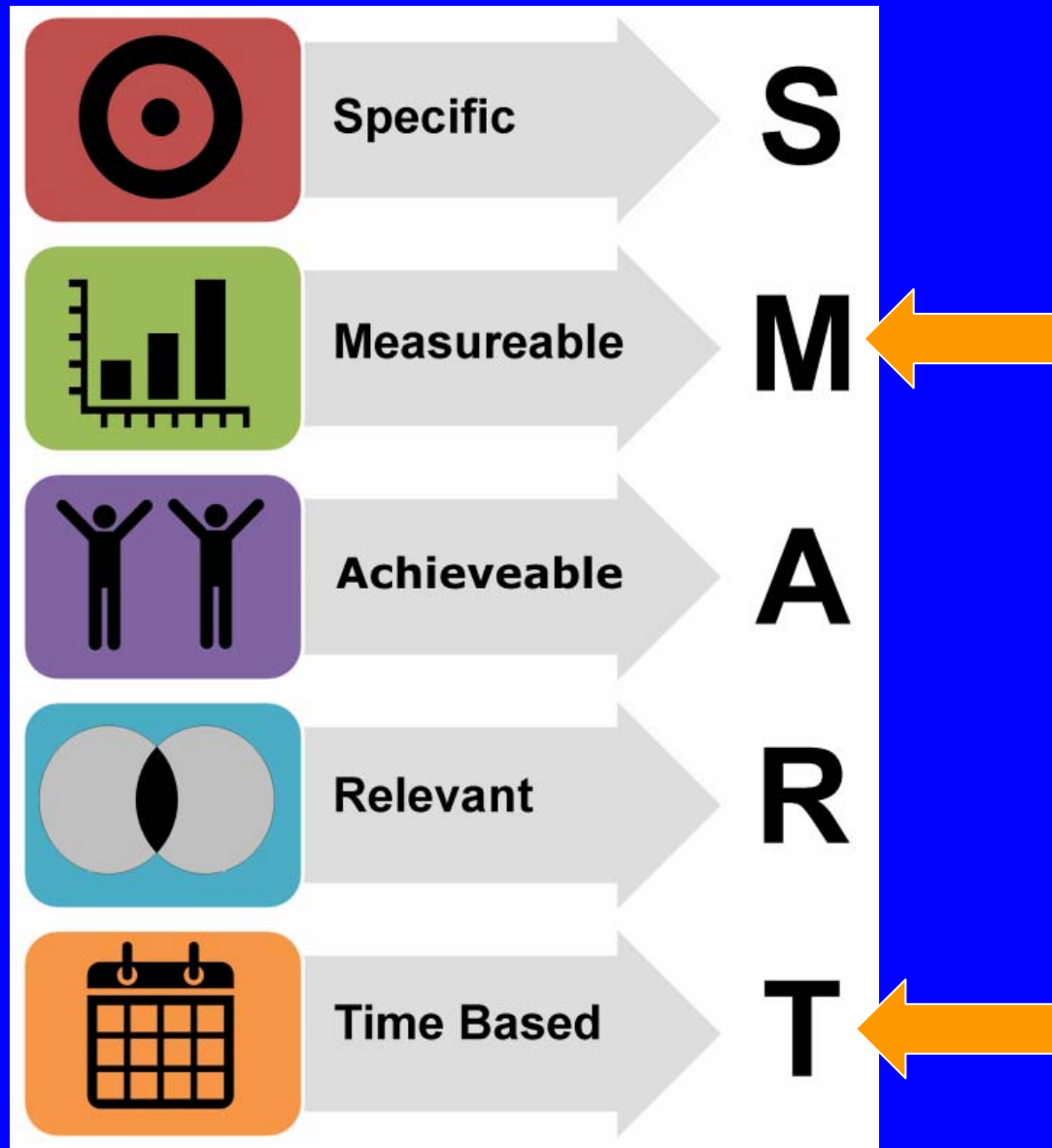


~~你是專家~~

他是專家

內部教練 - 你可教練什麼人?

Peer Coaching
Manager to Subordinate Coaching
Coaching Up

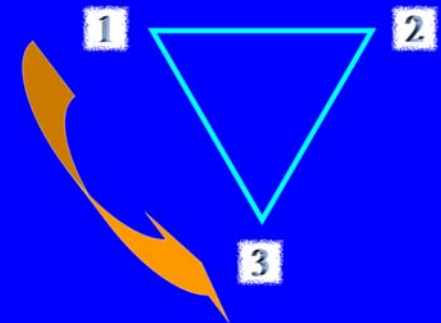


Self-Management

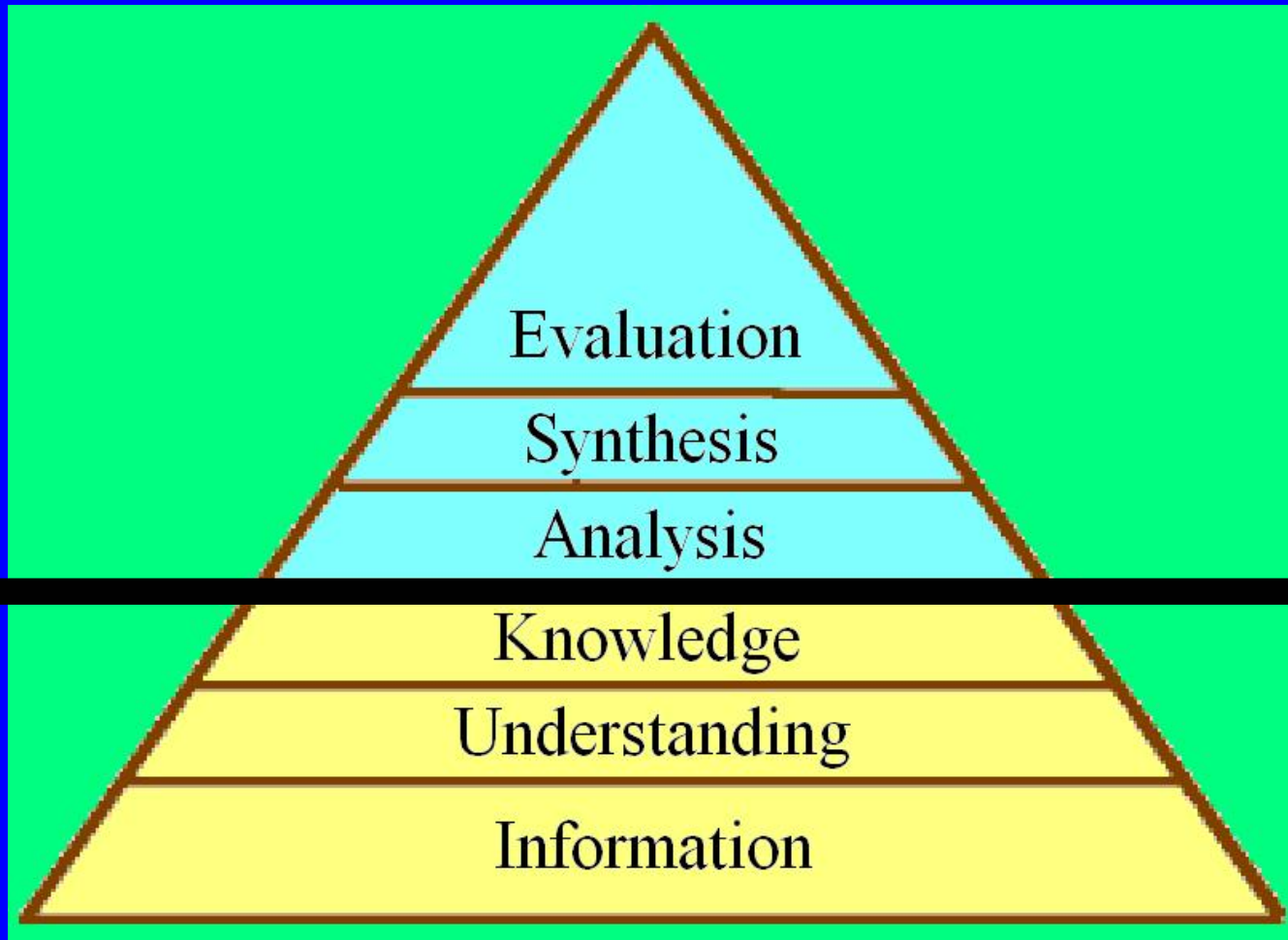
先助己 後助人



Meta-Communication



The **Process** of Communication





由低至高，逐步思維
無法回答，向下移動
舊題新意，上下之別

Tier 1: Information (Recall)

回想/形容: 當時事實 + 當時情況 + 當時想法

請你回想一下當時的情況?

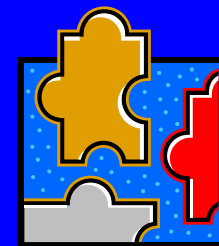
你當時有什麼想法?

當時 難題/情況是怎樣的?

YYY當時是如何發生的?

當時你認為什麼是XXX?

仲有呢?



Tier 4: Analysis 分析

分拆 + 認識 + 發現

這方法/難題/情況是由什麼組成的？

X與Y有什麼關係？

Z/它們的關係有什麼含意/意義？

這方法/難題/情況的結構是怎樣的？

整件事的重點是什麼呢？

仲有呢？

II. Storyboarding



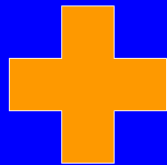
Personal Brainstorming

- **No Idea**

Externalization + Organization

- **Too Many Ideas**

Storyboarding



1,2,3

1,2,3

SMART

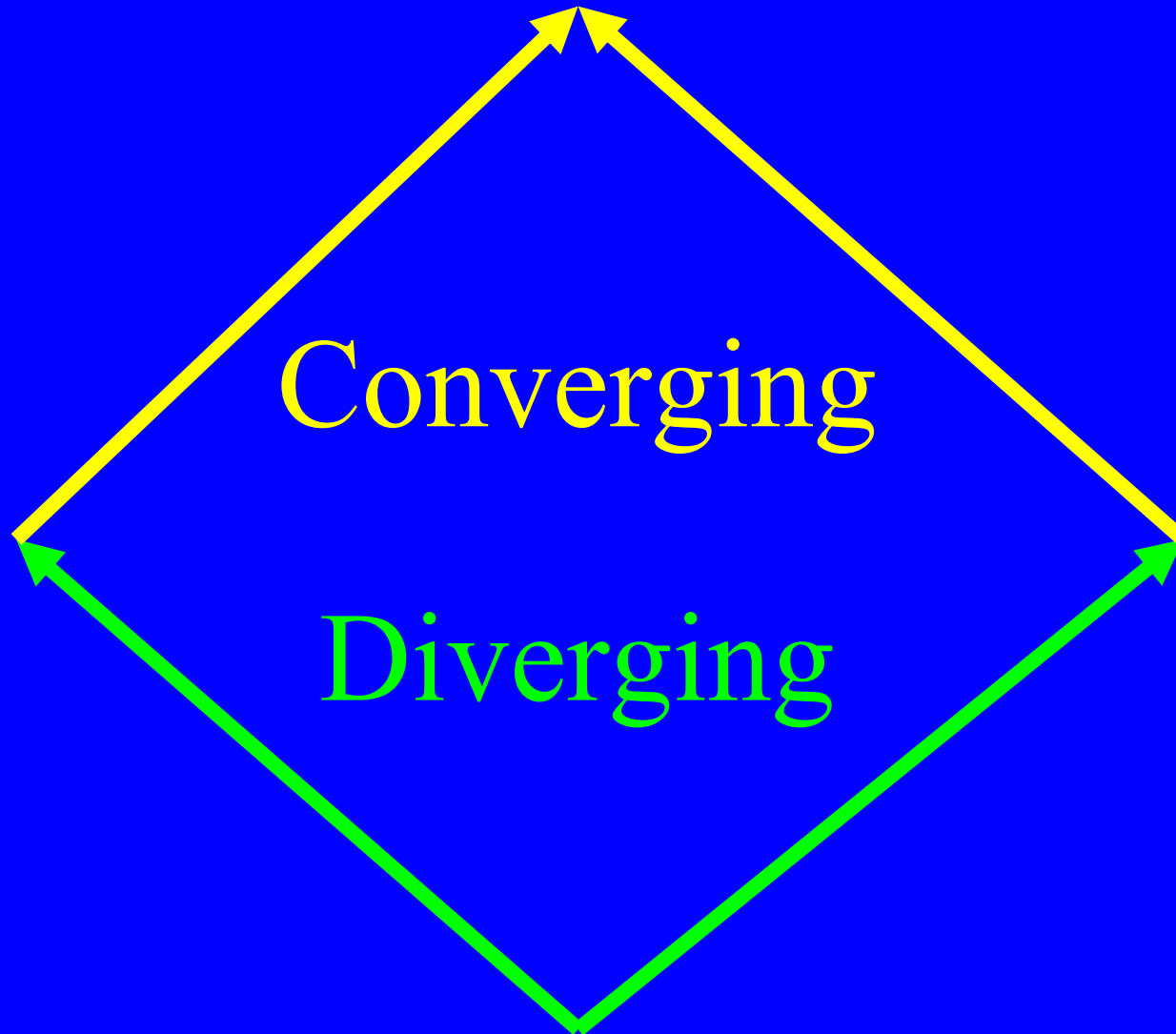
SMART





IV. The Stress Inventory

要做未做 → 壓力





性格分類學

行為分類學

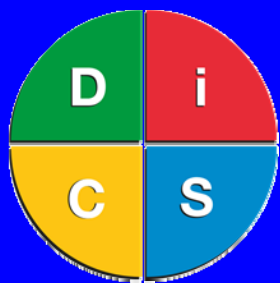


快事

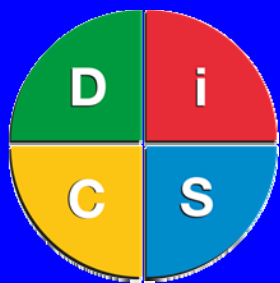
快人

慢人

慢事



目標結果
認同面子
安全穩定
分析精確



耐性
精確
決斷
關懷

感謝參與
後會有期



RCC Graduates Announcement Group

rccprograms-subscribe@yahoogroups.com



© 2002-2018 Copyrighted by Keith To. No Duplication & No Distribution Please. www.KeithToPrograms.com



終身支援



即將開辦課程

www.KeithToPrograms.com



© 2002-2018 Copyrighted by Keith To. No Duplication & No Distribution Please. www.KeithToPrograms.com