

5R 教练式领导力

使组织绩效提高 200%的世界性领导力课程！

无论是在工作还是生活中，您想与他人构建更和谐的人际关系、沟通更有效吗？
为了真正的幸福以及成功的人生，您想寻找明确的目标，以体现自身存在的价值吗？

您想在新的一年里开始之际，做一个满意的 2013 年个人规划，让自己在未来的一年中心想事成吗？

对于每个追求幸福生活的人来说，教练技术是其他原有技能的一个非常有效的补充。教练技术将会使您的人生和事业更上一个台阶，人生更富有意义、实现更大的自我价值。此课程不仅能够帮助您解决一些实际面临的问题，更能让您享受积极快乐的生活，帮助创造更美好的未来。

课程目标

1. 学习教练的核心能力——倾听和提问，提升领导者教练式沟通能力；
2. 学习人类 4 种不同的行为类型，根据沟通对象的特点选择沟通策略，构建更和谐的工作关系；
3. 学习教练方法，提升达成工作目标的能力，更有效地落实责任，进而提升绩效；
4. 运用教练的方法，进行 2013 年个人规划，在解决个人实际重要问题的同时，学习更有效地运用时间和精力方法。

课程特点

1. 根据国际教练联盟的 11 项专业教练能力设计，是亚细亚高智核心课程 CPCP（国际教练联盟认证的专业教练培养课程）的精选内容，简单实用；
2. 采用老师讲解、演示，学员小组讨论或 1 对 1 练习等方式，让学习更加轻松愉快、效果更好；
3. 学习到的方法可以马上应用到工作中，通过实践可以潜移默化地提高教练式领导能力；
4. 课程结束后的 1-1 个人教练及班级辅导，最大化地帮助学员将所学到的知识转化为自己的实际能力。

课程模块

模块	主题	内容	授课时间
模块 1	5R 教练入门	- 什么是教练技术，以及教练技术的独特优势 - 教练式领导力与普通领导力的区别 - 提高问题解决能力和行动能力的教练对话	3 小时
模块 2	3F 教练倾听技术	- 倾听的 3 个阶段 - 提升理解他人能力的 3F 聆听技术 - 分阶段的倾听练习	4 小时
模块 3	4P 关系教练	- 中心练习，体验最佳意识状态 - 理解人的 4 种行为特征类型，认知自我和他人 - 通过关系教练，构建更融洽的工作和生活关系	3 小时
模块 4	教练演练及运用	- 个人 2013 年规划及时间精力的管理 - 教练实际演练 - 反思和收获	4 小时

课程时间/地点：2013 年 1 月 12-13 日，2 天，北京（望京，具体地点开课通知）

课程对象：本课程适合教练初学者。特别推荐给：企业中高层领导者、经理人员、公司骨干、以及任何有成长需求的人

课程人数：30 人



课程价格：4,800 元/位，2012 年 12 月 31 日前报名并付款，享受新年优惠价 3,800 元/位

课程礼包

本次课程向学员赠送超值**新年大礼包**：

- **礼包第 1 重**：每位学员，在课程结束后，均有机会接受 4 次 1-1 个人教练机会，由授课老师亲自完成。
- **礼包第 2 重**：在课程结束后，授课老师将提供 2 次，每次 2-3 小时的班级辅导，面向全班同学，具体时间另行安排。
- **礼包第 3 重**：课程结束后，可以参加由北京亚细亚高智举办的教练沙龙以及由授课老师自行举办的教练沙龙活动，将享受一定的优惠政策。
- **礼包第 4 重**：在课程结束后 1 年内，报名参加北京亚细亚高智举办的专业教练培养课程（CPCP，国际教练联盟认证的 ACTP 课程，15 天），可全额扣除此次的课程费用。

礼包说明：

关于 1-1 教练：

- 这是真正的 1-1 教练，不是 1-1 的培训。目的是帮助学员进一步理解教练，并帮助解决个人的重要问题。
- 1 次 1-1 个人教练为 40-60 分钟，电话或者网上语音的方式。如果采用电话形式，则由学员拨电话给教练（授课老师）。其他具体安排在课程后通知。
- 1-1 教练机会的有效期到课程结束后 4 个月（即到 5 月 14 日截止，其中春节期间共有约 2-3 周时间休息）。为避免大家在最后 1 个月内集中教练安排不开，要求每位学员的 1-1 教练需在课程结束后 2 个月内完成至少 2 次。具体教练时间将在课程后通知，大家可根据需要申请教练时间。

关于班级辅导：

- 以班级为单位进行，由班级安排合适、方便的地点，授课老师提供辅导。
- 具体时间另行商定。

以上 2 项为提供给学员的选择，是否参加由本人自主选择。如错过规定的时间，则不另行安排时间。

讲师介绍



陈绰 教练

北京亚细亚高智签约教练、《5R 教练式领导力》授权讲师、国际教练联盟认证专业教练（ACC）。曾为多家客户如中国光大银行、科宝·博洛尼集团、台湾力成科技、新东方集团、德国西马克、通用技术集团等多家公司提供企业教练服务。

中国教练社区创始人、京城教练沙龙创始人。

清华大学经济管理学院，2003 级 MBA。

博客：<http://blog.sina.com.cn/chenchuo> 中国教练社区：<http://www.cncoaching.org>

电邮：chenchuo@gmail.com 教练式领导力 QQ 群：284666448

别的专业教练怎么看这个课程？他们说，提供这么多后续的教练服务，太值啦！

报名咨询



北京亚细亚高智企业管理咨询有限公司

地址：北京市朝阳区广顺南大街 16 号院嘉美中心 1517 室

课程咨询：189-0117-7114, 010-6470-5188, director@gcoaching.com

对课程感兴趣者（公开课或者企业内训），欢迎发邮件至 chenchuo@gmail.com 询问。