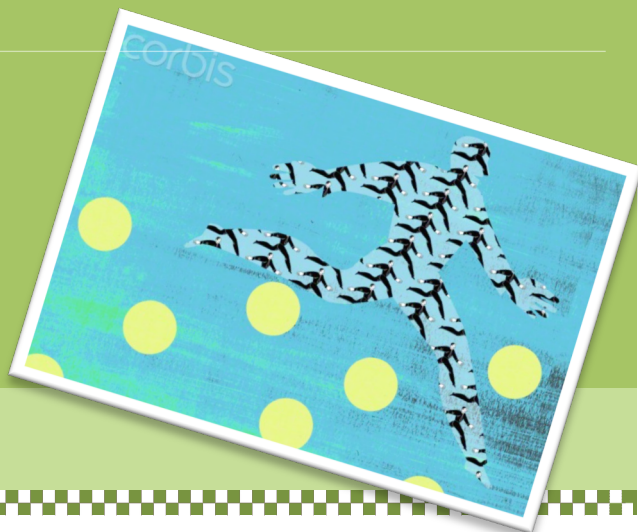


行動學習協會電子報

好的提問，帶來好的反思，
好的反思，帶來好的學習，
好的學習，帶來好的行動。



第 5 期 2015 年 8 月 7 日出刊

本期精彩內容

1. 建設性行動學習
幫助發展敏捷的
領導者
2. 七月份讀書會活
動花絮
3. 八月份活動預告



《建設性行動學習幫助發展 敏捷的領導者》

作者：鄭秀娟

近年來在台灣，許多人開始學習「行動學習」及「教練」。許多人好奇，這個「教練」和「行動學習教練」有什麼不一樣呢。

的確有很多相同點。例如，兩種教練皆相信每個人都有潛力。又例如，兩種教練都不會自認高人一等，而是覺得自己和成員是「夥伴」關係。

但是也有不同的地方。

「教練」的世界裡，從事「教練」的人根據自己專長，又可以分成人生教練或是高階主管教練等等，但是「行動學習教練」只有一種，不會因為個人專長或興趣，把自己分類。

另外，自由度也不太一樣。

（接下頁）

許多「教練」在從事教練工作時，自由地運用認可或是好奇心等技巧，幫助客戶看到自己盲點。

如果說以「自由提問」來說，一般「教練」比較像是行動學習會議中的成員。因為成員可以自由地對問題陳述者提問，而且提問內容及型式不會受到限制。

再來是，人數也不太一樣。「教練」分為個人教練及團體教練。而客戶的人數，可以從一人到七八人，但是「行動學習教練」的客戶則是三到七人。

另一項是，「教練」有自己的教練模式，根據自訂的模式，和客戶展開對話。但是「行動學習教練」的教練模式是一份固定的程序。我個人認為「行動學習教練」因為有教練程序可以使用，入門簡單；相較之下「教練」的初期養成是需要許多時間。

對我來說，最大的差異是「行動學習教練」比較像是「教練的教練」。如果說一般「教練」注重的是客戶的目標以及如何達到目標，那麼「行動學習教練」注重的是「客戶」（也就是成員們）的成長及變化。「行動學習教練」不介入問題本身，而是用類似後設的角度，幫助客戶多一雙眼睛來俯瞰全局的改變。這個很像是我自己在學習「教練」時，指導導師的心態。

身為「教練的教練」，「行動學習教練」已進入到另一種境界，見山又是山。遇到問題，明明自己可以挺身而出。隨時讓寶劍出鞘，但是許多事情了然於胸，退一步遠眺「成員」出手，笑看他人揮劍，在刀光劍影中，撚鬚微笑，但

是在重要時刻，使用的是既有的教練程序，出言提點，點點到位，又能夠游刃有餘，有如庖丁解牛，讓成員們如沐春風。

我雖然把「行動學習教練」比喻「教練的教練」，但是不是認為它比「教練」厲害。「行動學習教練」和「教練」看似相近，但功能及用法大相逕。如果要在短期內，在組織內養成教練型領導的話，在組織內訓練「行動學習教練」是一項好主意。



七月份 讀書會活動花絮

編輯：韓若梅

7月15日晚上行動學習協會的Connie理事帶我們以教練的手法看由阿德勒所寫的「勇氣心理學」這本暢銷書。

讀書會 問題反思

1. 你失敗了這麼多次，還是想要去完成那個目標，你的勇氣是從哪裡來的？
2. 你如何看待挫折？
3. 你目前最大的挑戰是什麼？
4. 你過去的經歷中，哪些可以說明你達成目標的？
5. 你可以說說是什麼讓你害怕嗎？
6. 你覺得這個目標對你的意義是什麼？

Connie 首先介紹了阿德勒因患侏儒症而辛苦成長的背景後，他如何在這樣的背景下，成為一位出色的醫生，他的勇氣來自於什麼？

他的心理學是源自：「試圖努力理解生命的神秘創造力而發展。」阿德勒心理學的核心是他所謂生命神秘的創造力：他認為人都有想要追求目標，達成目標的欲望。其次是當嘗試某個方向失敗後，會想從另一個方向獲得成功，以求補償。而這個目標指得是：你生命的意義由你決定；貢獻才是人生真正的意義。此外他也提及自卑對一個人生命的積極意義，是可以激發人向上改變的動力。

這次Connie帶領的方式是以教練為核心，以Coachee可能碰到的狀況，讓我們找出好問題。第一個問題：如果你的Coachee是背負很多的重擔朝向他的目標前進時，我們可以問哪些問題來幫助對方改變觀點。經過大家的腦力激蕩，瞬間出現了許多好問題。

其中幾個如：

1. 你失敗了這麼多次，還是想要去完成那個目標，你的勇氣是從哪裡來的？
 2. 你如何看待挫折？
 3. 你目前最大的挑戰是什麼？
 4. 你過去的經歷中，哪些可以說明你達成目標的？
 5. 你可以說說是什麼讓你害怕嗎？
 6. 你覺得這個目標對你的意義是什麼？
- 等等…

感謝 Connie 的付出與精心設計。當晚我們在 Connie 溫和冷靜又有邏輯性的鋪陳下，對這位 19 世紀的心理學大師有了深刻的印象。同時更深入的探討個人當如何看待自卑這件事。整個讀書會就是一場小型引導+教練+研討活動。非常的充實圓滿。

八月份 活動預告

行動學習協會每月定期舉辦學習分享活動，歡迎加入台灣行動學習協會 WIAL-TAIWAN 臉書，
以獲得最新活動資訊！

《行動學習體驗沙龍》

活動策劃：韓若梅

行動學習是一個可以同時解決問題，建立團隊，並且提昇個人領導力的新型組織發展手法。它是一個由「小組」處理一個緊急且重要的「問題」，在「教練」的幫助下，經由「提問」的方式，找到真正的問題，採取「行動」，並得到「學習」。行動學習是一個必須有所體驗才能有所感動的學習方式，我們在當天晚上會為您說明行動學習的起源與定義，歡迎您帶著切身且緊急的問題，由認證的行動學習教練當場實際帶領一場行動學習會議，歡迎大家攜伴參加，共同體驗行動學習的美妙之處。

時間：2015 年 8 月 26 日星期三，19:00-21:30

地點：忠孝西路一段 50 號 23 樓 賴許柔基金會 (台北車站前原大亞百貨, 捷運台北火車站 M5 出口) 若有問題可上行動學習網站查詢

費用：本次活動採當場收費方式，會員 NTD 200, 非會員 NTD 500 (非會員二人以上同行八折優惠)

台灣行動學習協會 (WIAL TAIWAN) 簡介

國際行動學習協會 (The World Institute for Action Learning, 簡稱 WIAL) 成立於 1995 年，由 Michael Marquardt 馬奎德教授創立，是一家致力於推動行動學習在企業與政府應用與發展的國際機構，以學術研究而非盈利為使命，是唯一的一家專為行動學習教練提供訓練認證的機構，在國際上享有盛譽。