

运动员领袖



辅导技能培训

第1课



日期

运动员领袖



本课程正在录制中



欢迎

有多少人以前主持过课程、
活动或会议？

今天的 辅导团队

[辅导员 1 姓名]

[辅导员 2 姓名]



让我们听听您
的想法...

- 姓名
- 在国际特殊奥林匹克委员会中的角色
- 最喜欢的运动

课程目标

- 了解辅导的定义及其对于学习的意义
- 为您提供时间练习三项关键辅导技能，以便您可以更好地倾听学员的意见并让学员们感到受重视
- 练习如何“当场”回答学员的问题



运动员领袖
内容安排
辅导技能培训



时间	内容安排项目
0:00	开场和介绍、目标、内容安排、学习规范
0:10	高效辅导员的特征
0:25	教练身份的辅导员
0:35	关键辅导技能概述和练习
1:20	休息
1:25	了解如何处理问题
1:50	回顾所学内容：行动计划
2:00	结束



运动员领袖
学习规范



学习规范

同意营造安全的学习环境，
让大家互相学习，享受乐趣，
并完成学习目标



让我们听听
您的想法...

您认为哪些规范有助于营
造良好的学习环境？



运动员领袖
学习规范



我们的学习规范

- [规范]
- [规范]
- [规范]

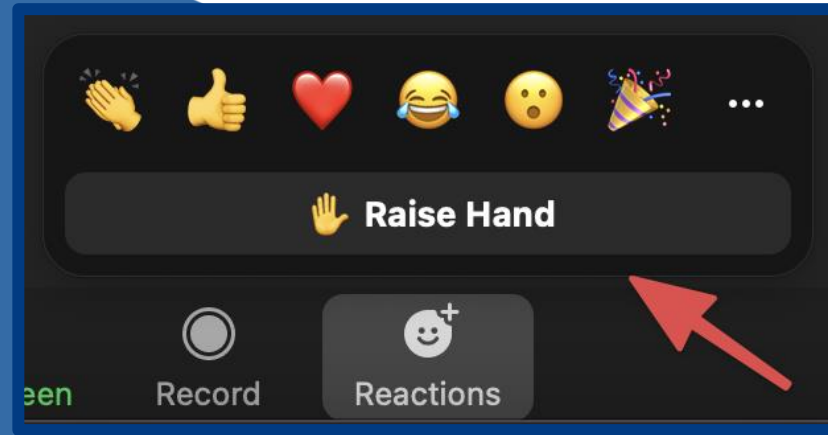


运动员领袖

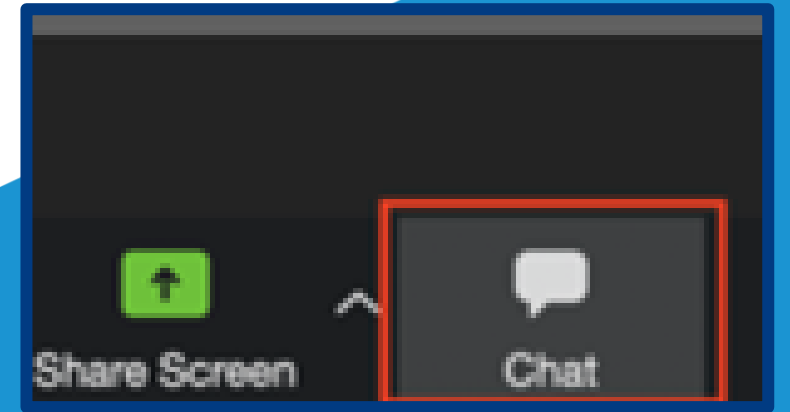
充分利用 Zoom



隐藏式字幕



举手



聊天窗口

辅导

辅导是一种帮助他人发表见解和看法的方式。



运动员领袖

高效辅导员的特征



1. 回想一下您见过的辅导员

他们有哪些优秀之处？

他们辅导时考虑哪些方面？

他们说了什么、有什么情绪、做了什么？



运动员领袖

高效辅导员的特征



1. 回想一下您见过的辅导员



2. 打开辅导员头像 Jamboard（聊天中的链接）

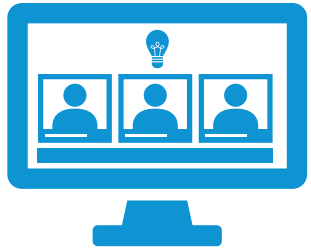


运动员领袖

高效辅导员的特征



1. 回想一下您见过的辅导员
2. 打开辅导员头像 Jamboard（聊天中的链接）



3. 您将被安排到一个小组

同意回答小组 Jamboard 上的问题，
并使用便利贴写下回答



运动员领袖
要点强调



我们听到了哪些
共同点？

辅导员会说什么？



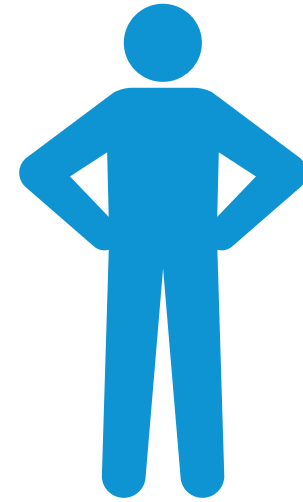
辅导员会想什么？



辅导员有什么情绪？



辅导员会有什
么肢体语言？



教练身份的辅导员

辅导员通常是一个 **引导者**





教练的工作是什么？

领导者

引导者



教练

领导者

引导者

对于运动员

目标：赢得比赛



辅导员

领导者

引导者

对于学员

目标：学习技能



运动员领袖

成为优秀的辅导员是领导力的一种体现形式



适应能力:
适应当前的学习需求。

以目标为导向
了解培训目标。

制定决策
知道何时提出问题，何时让大家保持沉默，何时开始培训、讨论以及完成培训。

不断进步
不断帮助学员做到最好。

建立关系
在培训中加深学员之间的理解，以此帮助学员相互学习。

沟通
分享培训要求、学员小组要求、各个学员要求等信息。



运动员领袖

成为优秀的辅导员是领导力的一种体现形式



民意调查

您最容易（或您认为会最容易）实现哪些技能？

适应能力

适应当前的学习需求。

以目标为导向

了解培训目标。

制定决策

知道何时提出问题，何时让大家保持沉默，何时开始培训、讨论以及完成培训。

不断进步

不断帮助学员做到最好。

建立关系

在培训中加深学员之间的理解，以此帮助学员相互学习。

沟通

分享培训要求、学员小组要求、各个学员要求等信息。



运动员领袖

成为优秀的辅导员是领导力的一种体现形式



民意调查

哪些技能对您最具挑战性
(或您认为最具挑战性) ?

适应能力

适应当前的学习需求。

以目标为导向

了解培训目标。

制定决策

知道何时提出问题，何时让大家保持沉默，何时开始培训、讨论以及完成培训。

不断进步

不断帮助学员做到最好。

建立关系

在培训中加深学员之间的理解，以此帮助学员相互学习。

沟通

分享培训要求、学员小组要求、各个学员要求等信息。

关键辅导技能



运动员领袖

关键辅导技能



辅导技能可促进互动和参与



促进倾听的方式：
提出问题



促进参与的方式：
鼓励发言



建立联系的方式：
总结



运动员领袖

关键辅导技能



辅导技能可促进互动和参与



促进倾听的方式：
提出问题



促进参与的方式：
鼓励发言



建立联系的方式：
总结



运动员领袖

关键辅导技能

促进倾听的方式：提出问题



我们可以提出哪些类型的问题？





运动员领袖

关键辅导技能

促进倾听的方式：提出问题



我们可以提出哪些类型的问题？

问题类型



开放式：

以“什么”、“如何”开头，有时以“为什么”开头的问题。用于阐明内容和引出详细解释，从而开启对话。



封闭式：

可以通过简短字词（例如“是/否”或一个字词）进行回答的问题，用于缩短/结束对话。

引导式：

提示或鼓励人们做出预期回答的问题。



运动员领袖

关键辅导技能

促进倾听的方式：提出问题



民意调查

问题类型



开放式：

以“什么”、“如何”开头，有时以“为什么”开头的问题。用于阐明内容和引出详细解释，从而开启对话。



封闭式：

可以通过简短字词（例如“是/否”或一个字词）进行回答的问题，用于缩短/结束对话。

引导式：

提示或鼓励人们做出预期回答的问题。

民意调查

1. 是什么让您成为一名特奥会运动员？



运动员领袖

关键辅导技能

促进倾听的方式：提出问题



民意调查

问题类型



开放式：

以“什么”、“如何”开头，有时以“为什么”开头的问题。用于阐明内容和引出详细解释，从而开启对话。



封闭式：

可以通过简短字词（例如“是/否”或一个字词）进行回答的问题，用于缩短/结束对话。

引导式：

提示或鼓励人们做出预期回答的问题。

民意调查

1. 是什么让您成为一名特奥会运动员？



运动员领袖

关键辅导技能

促进倾听的方式：提出问题



民意调查

问题类型



开放式：

以“什么”、“如何”开头，有时以“为什么”开头的问题。用于阐明内容和引出详细解释，从而开启对话。



封闭式：

可以通过简短字词（例如“是/否”或一个字词）进行回答的问题，用于缩短/结束对话。

引导式：

提示或鼓励人们做出预期回答的问题。

民意调查

2. 您是特奥会运动员吗？



运动员领袖

关键辅导技能

促进倾听的方式：提出问题



民意调查 问题类型



开放式：

以“什么”、“如何”开头，有时以“为什么”开头的问题。用于阐明内容和引出详细解释，从而开启对话。



封闭式：

可以通过简短字词（例如“是/否”或一个字词）进行回答的问题，用于缩短/结束对话。

引导式：

提示或鼓励人们做出预期回答的问题。

民意调查

2. 您是特奥会运动员吗？



运动员领袖

关键辅导技能

促进倾听的方式：提出问题



民意调查 问题类型



开放式：

以“什么”、“如何”开头，有时以“为什么”开头的问题。用于阐明内容和引出详细解释，从而开启对话。



封闭式：

可以通过简短字词（例如“是/否”或一个字词）进行回答的问题，用于缩短/结束对话。

引导式：

提示或鼓励人们做出预期回答的问题。

民意调查

3. 难道您不觉得特奥会运动员应该只专注于大众运动吗？



运动员领袖

关键辅导技能

促进倾听的方式：提出问题



民意调查 问题类型



开放式：

以“什么”、“如何”开头，有时以“为什么”开头的问题。用于阐明内容和引出详细解释，从而开启对话。



封闭式：

可以通过简短字词（例如“是/否”或一个字词）进行回答的问题，用于缩短/结束对话。

引导式：

提示或鼓励人们做出预期回答的问题。

民意调查

3. 难道您不觉得特奥会运动员应该只专注于大众运动吗？



运动员领袖

关键辅导技能

促进倾听的方式：提出问题



通过提出问题来促进倾听
问题类型



开放式：

以“什么”、“如何”开头，有时以“为什么”开头的问题。用于阐明内容和引出详细解释，从而开启对话。



封闭式：

可以通过简短字词（例如“是/否”或一个字词）进行回答的问题，用于缩短/结束对话。

引导式：

提示或鼓励人们做出预期回答的问题。



辅导员最应该
提问哪种类型的
问题？



运动员领袖

关键辅导技能

促进倾听的方式：提出问题



通过提出问题来促进倾听
问题类型



开放式：

以“什么”、“如何”开头，有时以“为什么”开头的问题。用于阐明内容和引出详细解释，从而开启对话。



封闭式：

可以通过简短字词（例如“是/否”或一个字词）进行回答的问题，用于缩短/结束对话。

引导式：

提示或鼓励人们做出预期回答的问题。



**辅导员最应该
提问哪种类型的
问题？**



运动员领袖

关键辅导技能



辅导技能可促进互动和参与



促进倾听的方式：
提出问题



促进参与的方式：
鼓励发言



建立联系的方式：
总结



运动员领袖

关键辅导技能

促进参与的方式：鼓励发言



当我们与某人交谈时，可通过哪些方式鼓励他们在谈话中分享他们的想法呢？





运动员领袖

关键辅导技能

促进参与的方式：鼓励发言



当我们与某人交谈时，可通过哪些方式鼓励他们在谈话中分享他们的想法呢？



我们可通过以下方式鼓励发言：

言语：

嗯、继续、非常好、有人要补充吗、很好、谢谢等。



手势和肢体语言：

点头、保持眼神交流、开放式肢体语言

集中注意力：

在进行回复时，先重复别人话语中的最后一两个字词，从而让对方放心您没有分心做其他事情。



您还见过辅导员在培训中用哪些其他方式鼓励您或其他人？



运动员领袖

关键辅导技能



辅导技能可促进互动和参与



促进倾听的方式：
提出问题



促进参与的方式：
鼓励发言



建立联系的方式：
总结



运动员领袖

关键辅导技能

建立联系的方式：总结



总结是：

将重要的观点汇总到一起，以便进一步讨论以及查看听众的理解情况





运动员领袖

关键辅导技能

建立联系的方式：总结



总结...



- 鼓励学员更深入地思考自己或他人所说的话



- 确保参与讨论的所有人都清楚刚刚讨论的内容





运动员领袖

关键辅导技能

建立联系的方式：总结

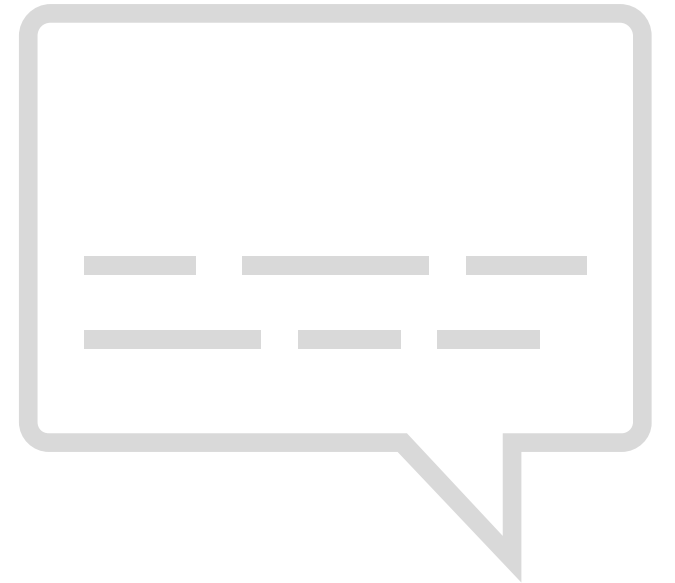


通过复述关键词表明您正在认真倾听



我们在总结时经常用这样的短语开头：

- 我从今天早上的工作中发现...
- 我来总结一下...
- 我认为我们希望...





运动员领袖

关键辅导技能

建立联系的方式：总结



总结练习



如果两个人在讨论...



我认为特奥会每年都应该新增一项体育项目，因为尝试新的体育项目充满乐趣。



我认为特奥会成员组织应该吸纳更多运动员作为工作人员，因为我们比任何人都更了解组织的工作内容！



您会如何总结这次谈话？



运动员领袖

关键辅导技能

建立联系的方式：总结



总结练习



如果两个人在讨论...



我认为特奥会每年都应该新增一项体育项目，因为尝试新的体育项目充满乐趣。



我认为特奥会成员组织应该吸纳更多运动员作为工作人员，因为我们比任何人都更了解组织的工作内容！



您可以说...

“总之，尝试新的体育项目和让运动员担任工作人员似乎很重要，至少对你们两个来说是这样。”



关键辅导技能练习



关键辅导技能练习



注意如何回答...

“请讲讲您在特奥会的经历”



关键辅导技能练习



有没有自告奋勇的志愿者？

“请讲讲您在特奥会的经历”



关键辅导技能练习



我们来观察...

旁观的学员：

请注意培训师如何在此对话中
使用/不使用关键辅导技能



关键辅导技能练习



我们来观察...

旁观的学员：

- 培训师是如何提出问题的？
提出了哪些类型的问题？
- 他们是怎么复述的？
- 他们是怎么给与鼓励的？



关键辅导技能练习



分组讨论室

两人一组进行对话，分享您对
“请讲讲您在特奥会的经历”
这一问题的回答。

第一轮：

A 分享回答。B 提出问题、
复述并鼓励发言。

(4 分钟)



关键辅导技能练习



分组讨论室

两人一组进行对话，分享您对
“请讲讲您在特奥会的经历”
这一问题的回答。

第一轮：

A 分享回答。B 提出问题、
复述并鼓励发言。

（4 分钟）

第二轮：

B 分享回答。A 提出问题、
复述并鼓励发言。

（4 分钟）



关键辅导技能练习



您练习得怎么样？

- 练习进行得如何？
- 大家从练习中学到了什么？



休息
5 分钟

辅导员高级技能： 判断如何回答问题

倾听、互动以及建立联系



运动员领袖

判断如何回答问题



学员提出问题时，辅导员有两种处理方式...

您不知道
答案

- 反问或,
- 转问或,
- 跳过

您知道
答案

- 回答,
- 反问或,
- 转问或,
- 跳过



决策目标:

努力平衡学员积极参与的需求和推进内容安排的需求



运动员领袖

判断如何回答问题



学员提出问题，辅导员有两种处理方式...

您不知道
答案

- 反问或,
- 转问或,
- 跳过

您知道
答案

- 回答,
- 反问或,
- 转问或,
- 跳过



决策目标:

努力平衡学员积极参与的需求和推进内容安排的需求



运动员领袖

判断如何回答问题

您不知道答案



您不知道
答案

1. 积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。



运动员领袖

判断如何回答问题

您不知道答案



您不知道
答案

1. 积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。

2. 作出选择



运动员领袖

判断如何回答问题

您不知道答案



您不知道
答案

1. 积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。

2. 作出选择

反问：询问提问者有什么想法/经验。

例如：“这个问题很好，您有什么看法？”



运动员领袖

判断如何回答问题

您不知道答案



您不知道
答案

1. 积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。

2. 作出选择

反问：询问提问者有什么想法/经验。

例如：“这个问题很好，您有什么看法？”

转问：询问组内是否知道怎么回答/有什么经验。

例如：“有意思，其他人有什么看法？”



运动员领袖

判断如何回答问题

您不知道答案



您不知道
答案

1. 积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。

2. 作出选择

反问：询问提问者有什么想法/经验。

例如：“这个问题很好，您有什么看法？”

转问：询问组内是否知道怎么回答/有什么经验。

例如：“有意思，其他人有什么看法？”

跳过：先不回答，可以稍后再回答提问者或者在另一个会议上回答。

例如：“感谢您提出这个问题，很遗憾现在没有时间回答，我们在休息时间讨论可以吗？”



运动员领袖

判断如何回答问题



学员提出问题，辅导员有两种处理方式...

您不知道
答案

- 反问或，
- 转问或，
- 跳过

您知道
答案

- 回答，
- 反问或，
- 转问或，
- 跳过



决策目标：

努力平衡学员积极参与的需求和推进内容安排的需求



运动员领袖

判断如何回答问题

您知道答案



您知道
答案

1. 积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。



运动员领袖

判断如何回答问题

您知道答案



1. 积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。

2. 作出选择



运动员领袖

判断如何回答问题

您知道答案



您知道
答案

1. 积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。
2. 作出选择
回答
尽可能直接且简洁。



运动员领袖

判断如何回答问题

您知道答案



您知道
答案

1. 积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。

2. 作出选择

回答

尽可能直接且简洁。

反问或转问

认为给其他人机会发表见解会更好。



运动员领袖

判断如何回答问题

您知道答案



您知道
答案

1. 积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。

2. 作出选择

回答

尽可能直接且简洁。

反问或转问

认为给其他人机会发表见解会更好。

跳过

判断在会议/培训中没有足够的时间来回答。



运动员领袖

判断如何回答问题

积极倾听



我们来练习一下吧



您正在主持一场关于国际特奥会的讨论，有人说：

这听起来不错，但我很想知道您是如何成为一名运动员领袖的？



您会如何证明
您在积极倾听
对方？



运动员领袖

判断如何回答问题

积极倾听

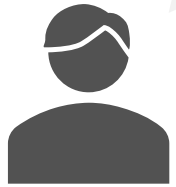


我们来练习一下吧



您正在主持一场关于国际特奥会的讨论，有人说：

这听起来不错，但我很想知道您是如何成为一名运动员领袖的？



积极倾听

主动提问

“关于成为一名运动员领袖，您对哪一方面特别感兴趣？”

复述

“这个问题很好，我们经常会被问到如何成为一名运动员领袖。”

鼓励

肢体语言



运动员领袖

判断如何回答问题

积极倾听

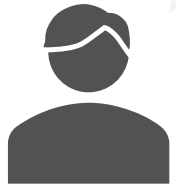


我们来练习一下吧



您正在主持一场关于国际特奥会的讨论，有人说：

这听起来不错，但我很想知道您是如何成为一名运动员领袖的？



如果您不理解这个问题，您可以

- 让对方重复问题
- 让您的共同辅导员为您解释问题



运动员领袖

判断如何回答问题

反问



我们来练习一下吧



您正在主持一场关于国际特奥会的讨论，有人说：

这听起来不错，但我很想知道您是如何成为一名运动员领袖的？



您会怎样反问这个问题？



运动员领袖

判断如何回答问题

反问



我们来练习一下吧



您正在主持一场关于国际特奥会的讨论，有人说：

这听起来不错，但我很想知道您是如何成为一名运动员领袖的？



反问示例

- “感谢您提出这个问题，据您所知，成为运动员领袖需要具备什么品质？”
或者
- “您认为成为运动员领袖需要具备什么品质？”



运动员领袖

判断如何回答问题

转问



我们来练习一下吧



您正在主持一场关于国际特奥会的讨论，有人说：

这听起来不错，但我很想知道您是如何成为一名运动员领袖的？



您会怎样转问这个问题？



运动员领袖

判断如何回答问题

转问



我们来练习一下吧



您正在主持一场关于国际特奥会的讨论，有人说：

这听起来不错，但我很想知道您是如何成为一名运动员领袖的？



转问示例

“大家认为如何才能成为运动员领袖？”



运动员领袖

判断如何回答问题

跳过



我们来练习一下吧



您正在主持一场关于国际特奥会的讨论，有人说：

这听起来不错，但我很想知道您是如何成为一名运动员领袖的？



您会怎样跳过这个问题？



运动员领袖

判断如何回答问题

跳过

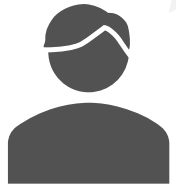


我们来练习一下吧



您正在主持一场关于国际特奥会的讨论，有人说：

这听起来不错，但我很想知道您是如何成为一名运动员领袖的？



跳过示例

- “这是一个很好的问题，我们将在后面的内容中讨论这个问题，您介意到时候再回答吗？”或者
- “感谢您的提问，我的同事安娜也在这里，她在如何成为运动员领袖方面是个专家，您介意在休息时间和她聊一聊吗？”



运动员领袖

判断如何回答问题

简明扼要地回答

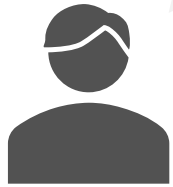


我们来练习一下吧



您正在主持一场关于国际特奥会的讨论，有人说：

这听起来不错，但我很想知道您是如何成为一名运动员领袖的？



您会怎样简明扼要地回答问题？



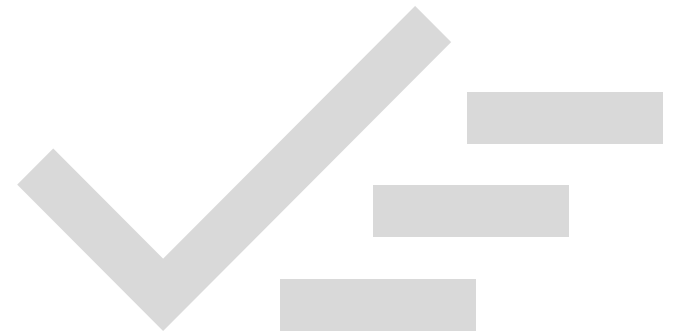
运动员领袖

判断如何回答问题



通过不同的方式回答问题有什么好处？

- 可以确保理解提出的问题
- 可以邀请提问者分享见解
- 可以邀请小组分享见解
- 可以鼓励小组成员相互沟通和互动
- 辅导员不用有负担，不用觉得自己必须了解所有事情或回答所有问题



回顾所学内容



运动员领袖

回顾所学内容

行动计划



计划后续步骤

今天我们讲了...

- 优秀辅导员的特征
- 辅导及辅导员角色的定义
- 关键辅导技能（提出问题、复述和鼓励发言）
- 不同的问题回答方式（反问、转问、跳过）



运动员领袖

回顾所学内容

行动计划



计划后续步骤

行动计划模板

- 您未来的辅导目标是什么？
（您想在哪些方面有所提升？）
- 您将如何练习成为一名辅导员？
（可供参考的辅导机会）
- 您想抓住哪些机会来辅导对话？
- 您是否有兴趣参加 2 级辅导课程？

2 级

辅导课程

目标

- 知道何时分享您的故事以帮助与学员建立联系和互动
- 确定要练习的辅导领域



辅导机会

例子

- 与专业医护人员一起进行培训
- 帮助学校变得更具包容性
- 通过融合领导力培训帮助组织了解雇用智力障碍人士的价值
- 还有更多...

谢谢！

祝大家能顺利协助他人学习、
互动和提出想法

