

辅导技能培训

团队规划说明
学员资源



运动员领袖
计划

特奥会辅导技能培训

学员资源

课程规范:

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

辅导是一种帮助他人发表见解和看法的方式

高效辅导员的特征

回想一下您见过的辅导员:

1. 他们有哪些优秀之处?

2. 他们辅导时在考虑什么?

3. 他们说了什么? 他们有什么情绪? 他们做了什么?

教练身份的辅导员



笔记:

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



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



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：

可提示或鼓励学员给出辅导员想要答案的问题



鼓励发言

使用以下措辞：

嗯、继续、非常好、有人要补充吗、很好、谢谢等。

使用手势和肢体语言：

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。



总结

总结是指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。

通过总结，可以：

- 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

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...

我想大家的意思是，我们希望...

请注意：此外，还有复述技能。该技能未在培训中进行讨论，但在这里作为附加资源供您了解。

复述是指用自己的话以简洁的方式表达讲述者的意思和感受。

- **寻求理解：**
表现出您正在认真倾听并且您认为讲述者的观点很重要
- **理清思路：**
如果您的理解不太正确，对方可以进行纠正。

我们在复述时经常用这样的字词开头：

您是说...

换句话说...

我猜...

我能否这样理解...

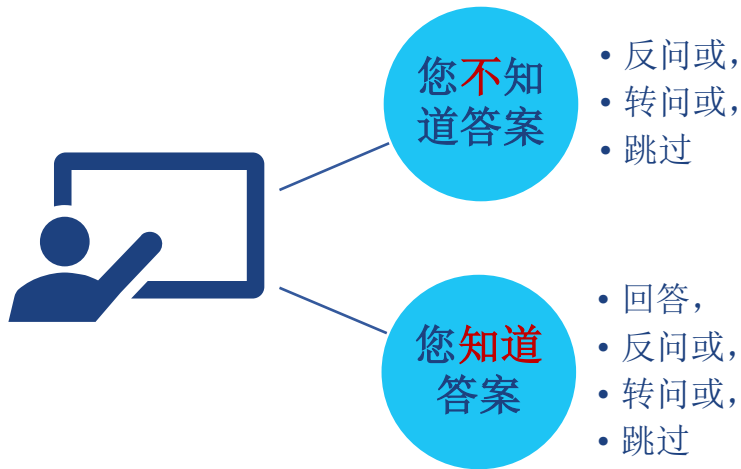
关键辅导技能练习

请针对以下问题，在空白处写下回复：

“请讲讲您在特奥会的经历”。

判断如何回答问题

别人向辅导员提出问题后，辅导员可能知道怎么回答，也可能不知道。



如果不知道怎么回答，则应...

积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。

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：

询问其他学员是否知道怎么回答/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？”

如果知道怎么回答，则应...

积极倾听，必要时通过复述和鼓励发言来帮助理解。

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

行动计划

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）
- 不同的回答方式（反问、转问、跳过）

继续学习之旅

1. 您未来的辅导目标是什么？（您想在哪些方面有所提升？）

2. 您将如何练习成为一名辅导员？（可供参考的辅导机会）