

# 辅导技能培训

易读培训指南

第 2 课



运动员领袖  
计划

## 辅导技能培训

### 第 2 课：易读脚本

## 关于本文档

本文档面向辅导技能培训课程的培训师，对其讲课期间的言行进行了说明。

### 要点



需要说出长方形对话框旁边的文字。



需要将方括号 [] 替换为发言者或听众的姓名。

培训师 1 – 用绿色表示

两位培训师各自的任务和发言内容均已用相应的颜色突出表示。

培训师 2 – 用蓝色表示

| -0:15 |

| 0:55 |

| 1:25 |

小节标题前的 || 中显示的是每部分内容的时长，第一个数字表示课程小时数，最后两个数字表示课程分钟数。例如，0:00 表示课程开始时，0:45 表示课程进行 45 分钟，1:20 代表课程进行 1 小时 20 分钟。

可以更改本文档中的背景和文本颜色。

### 有疑问？

请发送电子邮件到 [eklinger@specialolympics.org](mailto:eklinger@specialolympics.org) (Emily Klinger)。

# 课程概述

本次培训时长两小时，旨在将运动员领袖培养为合格的辅导员，使其具备在培训课程、会议及其他场合担任辅导员所需的视角、技能和信心，并履行帮助学员积极互动、相互建立联系并分享经验的职责。



## 培训师：

2 人 - 至少 1 人是智力和发育障碍员工，1 人是特奥会工作人员



## 培训师角色：

培训师 1 和培训师 2 轮流发言。不发言时，辅导员应关注聊天窗口中的问题和评论。



## 课程时长：

确保为本课程预留整整 2 小时的时间，且学员人数不超过 12 人。培训师需要 2 个小时来讨论完所有内容，而小规模班级可确保所有学员都可以互动。这是课程成功开展的关键。



## 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



## 推荐参加课程的学员：

本培训面向的是运动员领袖及其他想要提升辅导技能的人员。辅导员还可以建议学员在必要时找人帮助他们做笔记。



## 课程准备工作：

- 视频：“讲述故事”的力量：  
<https://www.youtube.com/watch?v=NqCsc31xq24>
- [“写出我的故事”准备工作表](#)



### 课程大纲（括号内为时长）：

1. 开场和介绍、目标、内容安排、学习规范（10 分钟）
2. 开始：“讲述故事”的力量（视频）（10 分钟）
3. 为什么故事在辅导时如此重要（15 分钟）
4. 将自己的故事与他人联系起来：第一轮（40 分钟）
5. 休息（5 分钟）
6. 将自己的故事与他人联系起来：第二轮（25 分钟）
7. 回顾所学内容：行动计划（10 分钟）
8. 结束（5 分钟）

#### 给辅导团队的说明

您可以灵活采用本培训指南的指导，无需逐字逐句地遵循。本课程不存在完美的辅导方式。按您自己的方式为您和学员带来最佳效果。

# 详细的课程指南

## 辅导指南

### |-0:15| 打开 Zoom 会议室（13 分钟）

- **培训师 1** 测试与学员共享的所有链接并测试 Zoom 投票。
- **培训师 1** 测试 PowerPoint 演示文稿。
- **培训师 2** 再次确认课程中的培训师角色。

**注意：** 确保 Zoom 链接设有“等候室”选项。


### |-0:02| 为学员打开 Zoom 会议室（2 分钟）


- **培训师 1** 口头欢迎学员
- **培训师 2** 在聊天窗口中欢迎学员并回复学员的评论。

所有学员均已加入后，培训师继续下一步

### |0:00| 开场和介绍、目标、内容安排、学习规范（10 分钟）

#### 介绍

**培训师 1** 发言： 今天我们关注的是故事的力量。故事在辅导过程中非常重要，我们今天来讨论一下原因。今天的培训师有两个。[说出您的姓名、在特奥会的职位、为什么喜欢辅导以及最喜欢的体育项目]。另一位培训师是 [说出培训师的姓名]

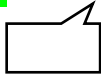
**培训师 2** 发言： [您的姓名、在特奥会的职位、为什么喜欢辅导以及最喜欢的体育项目]。现在，我们相互认识一下。请在聊天窗口中分享您的姓名、在特奥会中的角色以及喜爱的故事类型（可能是动作故事、浪漫故事、惊悚故事、英雄之旅等）。

**培训师 2：** 收到回复后，大声读出部分内容并分享常见的体育项目等。您可以邀请几名学员分享他们为何喜欢相应体育项目。

**注意：** 如果学员数少于 10 人，也可以让他们口头自我介绍。

## 第 1 课提醒

**培训师 1** 发言：您还记得，在第一节课中，我们讨论了以下主题：

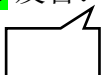


- 了解了辅导员的定义
- 关键辅导技能
- 了解如何处理问题

在本次课程中，我们将以这些主题为基础。

## 目标

**培训师 1** 发言：今天有很多学员。我们非常期待能更好地了解大家，和大家一起讨论辅导方面的问题：辅导是什么，会给学习带来什么价值，以及如何做好辅导。

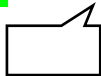


今天 2 小时课程的两个目标是：

- 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

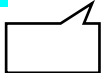
## 内容安排

**培训师 1** 发言：我们将通过以下内容安排实现这些目标（*分享定稿后的内容安排*）。和所有内容安排一样，我们可能不会完全遵循预定的时间。可能会提前或推迟几分钟休息。但肯定会按时结束。



## 学习规范

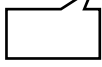
**培训师 2** 发言：在大多数培训场合中，优秀辅导员的其中一项任务就是为所有人创造一个相互学习、充满乐趣并实现学习目标的环境。要实现这一点，通常需要在课程中预先就课堂行为准则达成共识。我们称之为课堂规范。如果您想分享有助于营造良好学习环境的课堂规范，请举手示意。



**培训师 2**：倾听大约 4 名学员的回答。在大家分享各类规范时，在名为“**学习规范**”的 PPT 上列出所分享的规范。

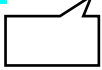
## Zoom 功能

**培训师 2** 发言：我们在本次培训中使用了 Zoom。幻灯片上提供了有关如何充分利用 Zoom 的一些技巧：



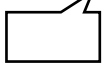
- 隐藏式字幕
- “举手”功能
- 聊天窗口

**培训师 2** 发言：接下来开始我们的热身活动。



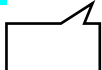
## 10:10|“讲述故事”的力量（准备视频）（10分钟）

**培训师 1** 发言：首先，我希望大家回想一下准备视频：“讲述故事”的力量。您能回想起视频中哪些内容？请举手发言。



[倾听几份回答，复述要点]

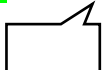
**培训师 2** 发言：我喜欢这个视频。我记得的一些要点是：



- 分享故事有助于建立联系
- 故事可以将我们联系在一起，并帮助我们理解共同的经历
- 您的经历是您最宝贵的资产
- 分享您的故事有助于您与听众建立联系
- 分享您的故事是一种脆弱的行为（可让其他人了解您），但脆弱会带来力量

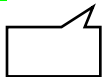
为什么智力和发育障碍人士与他人分享故事很重要？

**培训师 1** 发言：辅导时我们需要做的一件事是帮助与学员建立联系。我们还展示了人们可能分享的概念和想法或他们提出的问题可以应用于现实生活。但是，如果您没有时间练习，讲述您的故事可能会非常困难。因此，我们想通过本课程让您有时间练习如何找出并讲述这类故事。



## 10:20 | 为什么讲故事对与学员建立联系如此重要？（15 分钟）

**培训师 1** 发言：我们在课程开始时谈到了我们喜爱的故事。我们喜欢的故事类型也许是冒险故事、惊悚故事或爱情故事。



我们为什么会喜欢这些故事呢？我们为什么会被这些故事吸引？

有人说说自己喜欢故事的哪些方面吗？请举手。我们为什么喜欢？

[收集一些回答后，继续讲课]

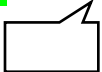
故事之所以重要，是因为：

- 故事有助于理解
- 故事可引起共情（理解和体会他人感受的能力）
- 故事有助于说明复杂和困难的情况。
- 故事具有很大的力量。故事有助于建立联系，将大家联结在一起，并帮助我们理解共同的经历。当您分享自己的故事时，您会与辅导的群体建立联系，并创造更深入、更持久的影响。

希望大家做好了准备工作，选择了 3 个编写的故事。我们也准备了故事。我们听听 [培训师 2 的姓名] 为本课程准备的故事。

**培训师 2:** 从课程开始前的“[写出您的故事](#)”工作表中选择一个准备的故事。向小组成员讲述故事。

**培训师 1** 发言：谢谢 [培训师 2 的姓名]。我很喜欢这个故事。




大家从这个故事中了解到哪些关于 [培训师 2 的姓名] 的事情？

想知道我从这个故事中了解到什么吗？[插入您自己的感想]。

现在我们给大家一些时间来练习讲述故事。确定您的故事，写下来、构思并讲述，以便根据需要在辅导课程期间（或任何需要使用的时候！）使用。



## 10:35 将自己故事与他人联系起来 - 个人活动（15 分钟）

**培训师 1** 发言： 为便于练习，我们会给大家一些时间来思考如何将您编写的故事应用于实际场景。

大家可在幻灯片上看到分配的场景。请在聊天窗口中单击与您的姓名关联的场景。

花 15 分钟的时间阅读分配给您的场景并回答以下问题：

- 学员在问什么问题？
- 您会为学员提供什么建议？
- 您会向学员讲述什么故事来帮助他们理解？

以之前选择的故事为基础，展示如何帮助回答学员的问题/场景。

## 10:55 将自己故事与他人联系起来 - 第 1 轮（25 分钟）

**培训师 2** 发言： 您已花时间考虑和准备，请分享在讨论组中讨论的内容。

在讨论组中，分享您处理情况的不同方式。选择一种处理方式，在大房间里/当我们一起重聚时以角色扮演的方式共享。选一名学员主动对这种场景进行角色扮演。该志愿者应该在分组讨论室与其他人一起练习，而其他人则分享想法，帮助志愿者改进处理方式。

练习完返回课堂后，由您的分组中选出的那名学员和我或者 [\[说出其他培训师的姓名\]](#) 一起，就场景进行角色扮演。准备好您的故事吧。我们（培训师）将扮演学员的角色，并根据分配给您的场景提出问题，您将作为辅导员为我们提供建议并分享故事以帮助我们更好地理解该建议。


**讨论组的第一项任务是：**

- 分享您对工作表问题的回答（学员在问什么，您会提供什么建议，您会讲什么故事）
- 选择讨论组中的一员，并在休息后与其中一名培训师针对相应场景进行角色扮演。


## |1:20| 15 分钟的休息时间（15 分钟）

### |1:35| 将自己故事与他人联系起来 - 第 2 轮（25 分钟）

**培训师 1** 和 **培训师 2**：每个辅导员均进入其中一个讨论组。在三种场景中选择其中两种作为本次活动的关注重点。

**培训师 1** 在分组讨论室  现在我们练习角色扮演。这是很好的机会，可以让您练习如何以简洁明了的方式讲述故事。每个小组都选好了谁来扮演什么角色吗？

**培训师 1** 和 **培训师 2** 很好。现在开始！我来扮演第一个学员。谁来扮演另一位角色？

在分组讨论室  
**培训师 2** 发言： 

### 在小组讨论室 1 中进行角色扮演 1（10 分钟）

**培训师 1**：以提问的口吻阅读[畅所欲言场景](#)中的以下内容，并邀请学员分享他们准备的回答。

“感谢您让我们知道畅所欲言和发表看法的重要性。但我不确定这一点在某些情况下是否适用。我参加的会议上有很多人，但大多数情况下只有固定的五六个人发表看法。我想分享自己的想法，而且觉得这些想法可以帮助大家更好地完成项目。但我总是找不到合适的时机发言，别人总是抢先发言。在这种情况下，我该如何找机会说出我的想法？”

**注意：**每个角色扮演的总时间为 5 分钟。如果角色扮演者超时了，请叫停。

### 分析角色扮演 1（10 分钟）

**培训师 1**：分析角色扮演，记录哪里做得好以及哪里可以在下次以不同的方式处理。

**[注意：**请学员分享他们的想法]

## 在小组讨论室 2 中进行角色扮演 2（10 分钟）

**培训师 2:** 以提问的口吻阅读[工作委派场景](#)中的以下内容，并邀请学员分享他们准备的回答。

“我想承担更多责任和工作。但是我的主管似乎并不想给我安排更具挑战性的工作。他什么事都亲力亲为。如何让他知道我可以做更多事情？”

**注意：**每个角色扮演的总时间为 5 分钟。如果角色扮演者超时了，请叫停。

## 分析角色扮演 2（10 分钟）

**培训师 2:** 分析角色扮演，记录哪里做得好以及哪里可以在下次以不同的方式处理。

[**注意：**请学员分享他们的想法]

## 在小组讨论室 2 中进行角色扮演 3（10 分钟）

**培训师 2:** 以提问的口吻阅读[犯错场景](#)中的以下内容，并邀请学员分享他们准备的回答。

“我知道可以从错误中吸取教训。但是我们不能犯错！我们的工作非常重要，如果犯错，可能会将别人置身于糟糕的境地。我很害怕失败，不想让别人失望。但是我想尝试新事物。怎样才能更从容地面对错误？”


**注意：**每个角色扮演的总时间为 5 分钟。如果角色扮演者超时了，请叫停。

## 分析角色扮演 3（10 分钟）

**培训师 2:** 分析角色扮演，记录哪里做得好以及哪里可以在下次以不同的方式处理。

[**注意：**请学员分享他们的想法]

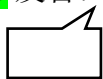
## 1:50 回顾所学内容（10 分钟）

**培训师 1** 发言： 在本课程中，我们讨论了讲故事的重要性，练习了如何编写故事，还练习了如何讲述故事。现在还不算完，我们还希望您思考如何使用这种方式继续进步。

- 还有哪些故事可以讲述？
- 如何才能更自如地讲述您的故事？
- 您还需要做什么努力？

---

**培训师 1** 发言： 请查看[行动计划模板](#)，作出回答：

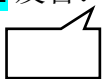


1. 您希望在故事讲述和辅导方面达成什么目标？（您想在哪些方面有所提升？）
2. 您将如何练习成为故事讲述者/辅导员？选项包括与专业医护人员一起进行培训，帮助学校变得更具包容性，通过融合领导力培训帮助组织了解雇用智力障碍人士的价值等。

**培训师 1** 给学员 5-7 分钟的时间来单独思考并写下回答。

---

**培训师 2** 发言： 有人愿意分享针对行动计划写的一些想法吗？

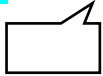


**培训师 2** 倾听学员回复以及任何其他建议或想法。

---

## |2:00| 结束

**培训师 2** 发言： 很高兴能协助大家完成本课程。祝大家在协助他人学习、互动和做出贡献时工作顺利。



---

**培训师 1** 发言： 谢谢大家！如有任何其他问题，欢迎随时与我们联系。

