



以价值为中心，三维一体，知行合一

三维领导力教练

领导者如何从OK到卓越

大树明星教练 著



一个中心 三个维度 九大模块 十项修炼

三维教练与领导艺术的完美结合
领导力提升实操手册和实战经典



中国工信出版集团



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

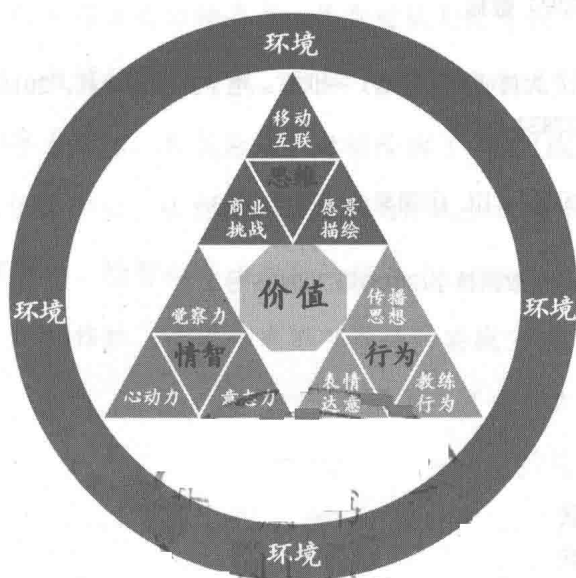


以价值为中心，三维一体，知行合一

三维领导力教练

领导者如何从OK到卓越

大树明星教练 著



一个中心 三个维度 九大模块 十项修炼

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING



未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目 (CIP) 数据

三维领导力教练 / 大树明星教练著. —北京: 电子工业出版社, 2016.1
ISBN 978-7-121-27824-2

I. ①三… II. ①大… III. ①领导学 IV. ①C933

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 300436 号

策划编辑: 王莞朕

责任编辑: 王莞朕

印 刷: 三河市华成印务有限公司

装 订: 三河市华成印务有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开 本: 720×1000 1/16 印张: 13 字数: 163 千字

版 次: 2016 年 1 月第 1 版

印 次: 2016 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 46.00 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。

专家推荐

当今时代，人人都要成为领导者，并希望从 OK 走向卓越。大树明星教练通过培训、咨询、教练的大量实践，历经 10 年，终于找到了卓越领导者修炼之路——三维领导力教练。本书为领导者描绘出了“从 OK 到卓越”的成长蓝图：以内在的价值为中心，从自我成长、影响他人和行为示范三个角度，发展领导者的思维领导力、情智领导力和行为领导力。“三维领导力教练”具有极强的可复制性、可操作性，是近年来不可多得的实战宝典。

——张善勇 《企业大学》杂志原总编辑
北京师范大学学习与绩效技术研究中心研究员

十年积累，四年提炼，大树明星教练的《三维领导力教练》终于与我们见面了。本书理论和实战并重，工具和方法并用，集脑科学、情商科学和行为科学之大成。“三维领导力教练”不仅从系统科学的角度，为读者详细解读领导力教练，而且更有多视角、接地气的案例辅导与教练工具，帮助学习者演练和实践如何从思维到行为，是国内领导力教练领域的一个里程碑。本书是大树明星教练历经数年深耕细作的精品大作，语言生动，通俗易懂，我强烈推荐。

——王培盛 国际教练联合会国际培训师
北京华文盛世管理咨询有限公司董事总经理



《三维领导力教练》是融合了教练技术、领导艺术和心理学等多种学科，融会贯通的一本书。这些理念和方法我也开始应用在企业运营中，不论是对自己领导力的提升，还是对企业的发展，都产生了很令人震惊的效果。尤其书中谈到的“三维一体，知行合一”更是领导力中最重要的核心内容。感谢大树明星教练，把这些优秀的理念融合到一起，而且有工具、有方法，形成了行之有效的领导力教练和提升手册，为我们提供了一本行为指南。

——朱丹 颐和私董会创始人
国际教练联合会认证教练

期盼已久，终于拜读了大树明星教练的《三维领导力教练》一书。本书图文并茂，并配以精彩案例讲解、练习跟进，是一本难得的领导力教练著作！“觉察自我—感知他人—富足地活着”，是我阅读本书之后的最大收获！将领导力提升与教练技术紧密结合是本书的一大特点。希望您能认真阅读本书，并静心做好每章的教练练习，一定会收到意外惊喜！

——高大本 知名高管教练
4D卓越团队认证教练

未来企业究竟该如何发展？领导者是天生的吗？如何提高领导者的领导力？《三维领导力教练》这本书，应用新的三维领导力理念，理论结合实际，并运用教练技术，解决学与用、知与行的问题，不断提升领导者的领导艺术和能力，推动企业创新发展，实践中国新梦想！

——赵琨 北京海棠医院管理顾问公司董事长
社科院经济研究中心医院管理研究所副主任

前言

致领导者和未来的领导者

领导者是天生的吗？

优秀的领导者应该是什么样的？

卓越的领导者是如何培养出来的？

有没有简单有效地提高领导力的方法？

在我做咨询、培训和教练的 10 多年间，不同的学员总是提问类似的问题。

时代呼唤更多的卓越领导者。中国改革开放近 40 年，已经涌现出一大批优秀的企业和企业家，越来越多的年轻人走上了管理和领导岗位。随着全球化、信息化特别是移动互联时代的到来，世界格局、组织发展的背景和市场环境已经发生了巨变，原来的领导理论和方法已经暴露出越来越多的局限性。所以，培养新时代卓越的领导者，是政府机关、社团组织和企事业单位面临的重大挑战。

如何提升领导力，是个永远不变的热门话题和世界性难题。走进书店，关于领导力的书籍和光盘琳琅满目；走进酒店会馆，领导力方面的培训和沙龙比比皆是；走进高校，各个行业的总裁班和 EMBA 班异常火爆；各种媒体上，国内外的各种大师粉墨登场、指点江山……面对国内外众多的领导理论和领导力流派，面对众多的领导力课程和实践方法，到底学习哪一个？哪一个最适合自己？



答案也许就是简单实用的“三维领导力教练”。2004年我开始做领导力方面的培训和咨询，近几年开始将“三维教练技术”应用到领导力提升训练上。通过大量的一对一教练和团队教练，我和我的教练团队总结出了一套十分有效的提升领导力的教练体系——三维领导力教练模型。在三维领导力教练的实践过程中，我们陪伴客户度过了一段段难忘的时光，陪伴他们踏上了领导力提升之旅；我们也见证了一个个领导者自内而外的转变，见证了他们从OK走向卓越。在此期间，我们有成功的喜悦，也有失败的教训，通过不断总结和反思，让“三维领导力教练”日趋完善。现在，我也希望三维领导力教练能给您带来帮助和意外的惊喜。

这是一本将领导力和教练技术融为一体的书，主要包括三部分内容：

第一部分，即第1篇，从OK到卓越。主要讲每个领导者都是OK的、都拥有足够的资源，还包括三维领导力教练体系的介绍。

第二部分，即第2~4篇，分别介绍了三维领导力教练的组成部分。主要从大量的领导力教练案例中，分析和讲解如何从思维、情智和行为三个维度来提升领导者的领导力，并提供系统的教练工具。

第三部分，即第5篇，三维一体教练。主要讲领导者领导力的提升要以价值为核心，并有环境的支持，才能做到三维一体，知行合一，从OK到卓越。

本书的领导力教练案例是我们近几年为客户提供教练服务时积累和整理的。有一对一教练案例，也有团队教练案例；有企业组织教练案例，也有家庭个人教练案例。由于涉及客户保密协议，案例中的个人和企业均隐去真名，如有雷同，纯属巧合。

为了更好地利用本书，希望你：

- 找一个或几个阅读伙伴。这样既可以边阅读边交流，还可以相互教练，

共同提高。

- 学以致用。请你结合自己的工作、生活和家庭的实际情况，在阅读本书的时候认真做好每个练习，最好能写下总结和反思。
- 与他人分享。教授他人和与他人分享是最好的学习方法。如果你感觉书中的知识或工具十分有用，可以和朋友分享。

十年磨一剑，我的第一本书终于要和大家见面了。在这里，我要感谢玛丽莲·阿特金森（Marilyn Atkinson）博士、Paul Jeong 博士和查理·佩勒林（Charles Pellerin）博士三位导师，他们让我体验到个人和团队教练技术的神奇；我要感谢梅若李·亚当斯（Marilee Adams）博士、尼克·莱佛士（Nick Le Force）和刘旭东老师，他们让我领略到世界领先的领导力理论和课程；我要感谢赵易老师和韩笑同学，她们给予我无私的帮助；我要感谢我的教练伙伴和教练同学，他们给予我大力的支持；我要感谢我亲爱的学员和客户，他们伴我一起进步和成长；我要感谢电子工业出版社，它给了我这次和大家分享的机会；我更要感谢最亲爱的母亲，她给了我生命和无穷的力量……

领导力的提升不是一蹴而就的，而是一种生命的旅程，需要积累和修炼，需要从内而外地转变，需要从上到下地贯通，需要自我觉知，需要他人支持，需要激励和监督。

从思维到行为，转变自我，改变世界，一路有你。

大树明星教练

2015年9月于北京

目录

第 1 篇 从 OK 到卓越

第 1 章 每个领导者都是 OK 的.....	3
每个人都是领导者	4
每个领导者都拥有足够的资源.....	7
教练练习：探询你的领导特质.....	11
第 2 章 如何成为卓越的领导者.....	12
三维领导力教练模型	12
领导力教练的三个秘诀	15
教练练习：开启领导力教练之旅.....	17

第 2 篇 思维领导力教练

第 3 章 愿景描绘——创造一幅可望可及的未来画卷.....	22
创建个人梦想	26
描绘共同愿景	30

教练练习：个人梦想探寻和愿景共识训练.....	34
第4章 商业挑战——设计一张激励人心的寻宝地图.....	37
迎接挑战，整合资源.....	41
打造商业模式，制订目标计划.....	47
教练练习：开发商业模式和领导力提升训练.....	52
第5章 移动互联——编织一个互动互联的立体网络.....	54
拥抱变化，主动革新.....	58
互利共赢，互联互通.....	62
教练练习：逻辑层次和思维导图训练.....	68
第3篇 情智领导力教练	
第6章 觉察力——真听、真看、真感觉.....	74
认知自己，自我觉察.....	78
洞察世界，感知他人.....	82
教练练习：三维三线和镜子教练训练.....	87
第7章 意志力——学会与压力做朋友.....	89
情绪自控，正向管理.....	92
自强不息，与压力共舞.....	97
教练练习：自控力、正向情绪和压力管理训练.....	103
第8章 心动力——激发内在潜力与正能量.....	106
原始动力.....	110



情感动力	113
愿景动力	116
教练练习：三维心动力教练和激励方法训练.....	120

第4篇 行为领导力教练

第9章 传播思想——统一愿景，引领他人	126
传递理念，表明立场	130
明确目的，感召他人	134
教练练习：关键事件和组织理念行为训练.....	139
第10章 表情达意——情感共振，激励人心	141
表露情感	145
激发意愿	148
教练练习：领导时刻和领导者关系训练.....	153
第11章 教练行为——行为教练，团队引导	155
望闻问切，行为教练	158
行动学习，建立学习型组织	166
教练练习：行为教练与建立学习型组织.....	171

第5篇 三维一体教练

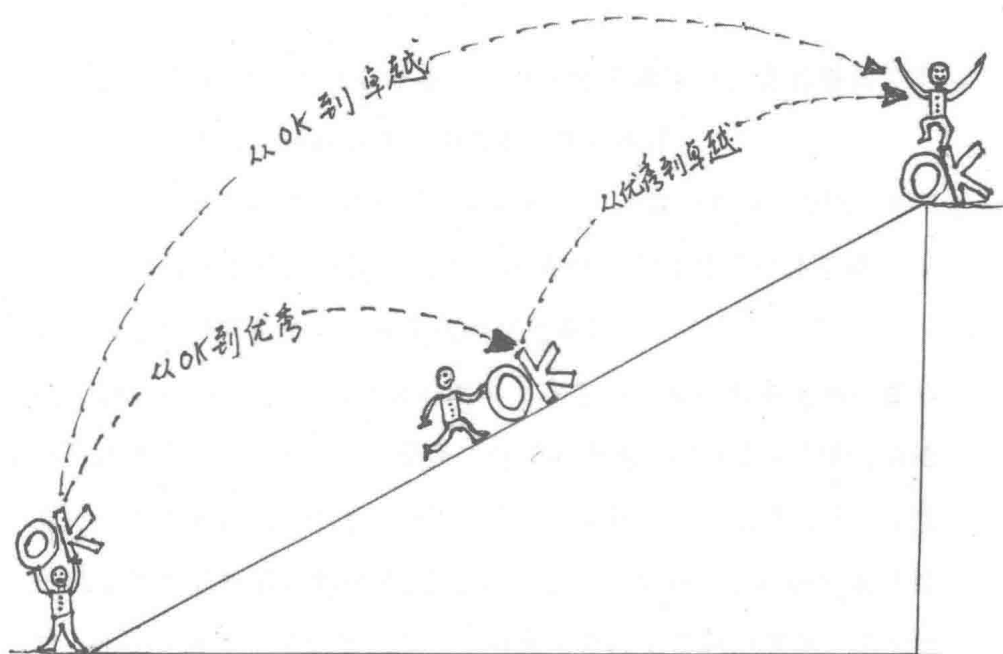
第12章 价值领导力——追寻你内在的真谛	176
坚守内在价值	178
遵循自然法则	181
教练练习：领导者价值观练习.....	183

第 13 章 三维一体，知行合一——知情意行，天人合一	185
三维一体	187
知行合一	189
引领团队，共谱新篇	191
教练练习：三维领导力评估与教练	193
参考文献	195

第 1 篇

从 OK 到卓越

领导者之旅：从 OK 到优秀，从优秀到卓越





请你回答以下三个问题：

1. 你是领导者吗？
2. 你想成为领导者吗？
3. 你想成为一名卓越的领导者吗？

如果以上三个问题，有两个你回答“是”，那么恭喜你加入我们学习成长的队伍。

领导力的提升是一生的学习和修炼，世上没有速成的灵丹妙药。让我们共同开启领导力成长之门，开始“从OK到卓越”的领导力提升之旅。

第1章

每个领导者都是OK的

每个人都是一座金矿，蕴藏丰富，价值连城，等待我们自己去开发和锻造；每个领导者都天赋潜能，孕育卓越，等待我们去激发和唤醒。

2013年6月，我在北京参加一个人力资源峰会，竟然遇到了李晓。如果不是他主动打招呼，我几乎认不出他了。

李晓原来是一家上市公司子公司的人力资源部经理。2005年5月，受他们总公司的邀请，我在海南省为他们公司的中高层做了4天的领导力封闭式培训，接待我的就是李晓。

2005年4月，这家子公司刚刚发生了一次大的人事变革：在总公司的指导下，子公司及下属分厂所有的中高层职位全部归零，不论资历、不论学历，公开进行选拔和考核，演讲答辩，竞聘上岗。结果出现了许多意想不到的情况：原来的一个厂长竞聘上了公司的副总经理，办公室主任竞聘做了厂长，车间主任竞聘上了部门经理，还有两个部门经理降级为普通员工。这种全体管理人员的竞聘上岗，不要说是在10年前，就是在今天也不同凡响。

我也及时调整了课程的内容和授课形式，增加了有针对性的训练



和案例分析,并尽量解答大家的疑问。课堂上学员们积极投入和参与,在课间许多学员开始咨询个人的问题。李晓也有好几次想问我,但一看到别的学员过来就欲言又止。

培训结束后,李晓开车送我去机场。一路上他一直问我同样的问题:“老师,你看我行吗?”原来李晓也刚刚竞聘上人力资源部经理,之前他做了3年的车间主任,没有任何人力资源管理经验,所以信心不足。

到了安检口,我握住李晓的手说:“李晓,你一定可以的,你能行!相信你自己,我也相信你!”

这次重新见到李晓,他告诉我,2006年,他们子公司已单独上市;2008年,他由于工作出色升为公司的人力资源总监;2011年,他离开原公司,被一家跨国公司聘用,目前是这家公司的人力资源副总裁。李晓说他能有今天的发展,多亏2005年那次机场送行,我给了他足够的信心和鼓励,特别是分别前的那次有力的握手和我对他的肯定。

我再一次握住李晓的手,笑着对他说:“李晓,每个人都天赋潜能,2005年时的你也是OK的,今天的你是卓越的。你是靠自身的努力让自己实现了‘从OK到卓越’。”

每个人都是领导者

你是领导者吗?在领导力的课堂上或团队教练的现场,我常常问学员一个问题:“认为自己是领导者的请举手。”大多数情况下,举手者寥寥。有一次我问一位没有举手的学员:“你不是领导者吗?”他站起来笑了笑说:“老师,我

只是经理。”然后他回头看了看坐在后面的董事长，说：“领导在后面。”

❖ 每个人都有领导者经历

回想一下，从小学到大学，你是否有过领导者的经历？是否带领小组成员获得过班级的荣誉？是否被评为过“三好学生”，成为同学学习的标杆？是否在运动场、演讲台和舞台上迎来过同学们羡慕的目光……

回想一下，从开始工作到现在，你是否有过领导时刻？在公司项目出现困境时，你挺身而出；在领导不在客户又投诉上门时，你勇于面对；在业绩目标压力巨大时，你激励大家……

回想一下，从出生到现在，你是否成为过他人心中的领导？你是否当过小伙伴们“孩子王”？你是否曾是优秀员工，成为新人学习的楷模？你是否已经为人父母，成为孩子模仿的对象？你是否乐于助人，成为亲戚朋友的赞赏对象？

我们都曾有过领导者的经历，都曾有过领导时刻。领导力和年龄不一定成正比，和职务也不一定成正比。许多孩子也能表现出优秀的领导才能，很多没有权势的人成了卓越的领导者。不论是在家中、企业还是学校，不论是在办公室还是建筑工地，领导无处不在。

❖ 每个人都要参与领导

在传统的组织里，领导者处于上层。他们拥有最多的资源和经验；他们制定愿景和目标，下达命令和指令，对中下层人员进行指导、控制和激励，并将下级汇总的信息整理后重新决策；他们要求中层和基（下）层人员只是执行和服从，希望下属像机器人一样工作（见图 1-1）。所以前些年，《没有任何借口》、《责任大于能力》和《执行力》等书籍十分畅销，类似的课程也深受老板们的