

教练说



想法定活法

从 心 对 话 从 心 教 练



黄俊华
◎ 著
卿珂
◎ 绘画

最佳教练现场 妙语巧解
由浅入深 直指内心 醍醐灌顶
55篇真实案例 全景再现人生智慧



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS



教练说



想法定活法

黄俊华
◎ 著
卿珂
◎ 绘画



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

教练说 (三): 想法定活法 / 黄俊华著, 卿珂绘画. —北京:
北京大学出版社, 2013.1

ISBN 978-7-301-21432-9

I. ① 教… II. ① 黄…②卿… III. ① 企业管理—通俗读物
IV. ① F270-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 243334 号

书 名: 教练说 (三): 想法定活法

著作责任者: 黄俊华 著 卿珂 绘画

责任编辑: 刘 维 刘一冰

标准书号: ISBN 978-7-301-21432-9 / C · 0818

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址: <http://www.pup.cn>

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672

编辑部 82062091 出版部 62754962

电子邮箱: hzghbooks@163.com

印刷者: 北京力扬印刷有限公司

经 销 者: 新华书店

787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 15 印张 198 千字

2013 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 48.00 元

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

举报电话: 010-62752024; 电子邮箱: fd@pup.pku.edu.cn

前言 || 想法

有一个朋友，去国外上了一门很贵的课程。我问她学到什么。

她回答说：“‘起心动念’已决定胜负。”

起心动念，通俗地说，就是我们每一刻的想法。

我们的想法决定我们的干法，并最终决定我们的活法。

教练专注于洞察人的想法，并且运用自己的语言不断启迪他人，有效地激发出他人的想法。

古希腊医学家希波克拉底有言：有两样东西能治病，一是语言，二是药物。语言排在药物之前。所谓“心病还须心药医”，教练的语言所治的正是我们的“心病”——我们起心动念的“病”，我们思考方式的“病”。

有些问题你很难做到自问自答，就如医者难自医一样。

有些看似简单的问题，当别人向你提出来的时候，就迫使你

去面对，迫使你向内去挖掘。

所以，教练所起的作用，不是改变环境，而是改变我们的想法。

正如一位哲人所说：我们要追求的不是让人进入天堂，而是让天堂进入人们的心里。

这样，我们就能以平常的心，面对无常的世事；就能在平凡的生活中，发掘出非凡的力量。



拥有好心态，
世界就是天堂

目录 || CONTENTS

尚方宝剑	/001
顶端	/007
记住我	/011
时间与能力	/015
挑剔的女孩	/020
甲方乙方	/024
勇与谋	/028
跳槽	/032
买房	/036
共同体	/040
水手与船长	/044
创业与守业	/049
消费与投资	/053

赌 徒	/057
爱放水的业务员	/061
选 项	/065
课堂与生活	/069
好员工	/073
直接沟通	/077
借 钱	/081
负责任（一）	/085
负责任（二）	/090
影响力	/093
尊重的问题	/097
学 费	/101
顺境与学习	/105
网 虫	/109
个人英雄	/114
为谁学	/118
帮助的方式	/122
原来的我	/126

动 力	/131
正人君子	/135
根 基	/139
新模式	/143
包容与包庇	/147
内与外	/151
能力与关系	/155
合作与人品	/160
影 响	/165
道歉与交易	/169
好人与好领导	/174
负责任的问题	/178
销售与服务	/181
父亲与朋友	/184
商场与战场	/188
阴 影	/192
归属感	/197
新 店	/201

酒友与加盟商 /204

成本与成果 /208

经 理 /212

信任危机 /217

不进则退 /221

两个孩子 /225

后 记 /229

致 谢 /231

尚方宝剑

阿民：前段时间我们公司与政府某部门合作了一个项目，项目已完成一段时间了，可是工程尾款到现在还没有收到。我找过财政局长面谈，但是很不顺利。后来我再去要钱，这位财政局长就有些情绪了。于是我去找市领导，领导给我批了个纸条。我拿纸条再去要钱，没想到财政局长直接说现在他们也没有钱，搞得我很无奈。可我们是做企业的，需要资金周转啊。

教练：你知道企业需要钱，但是没有学到如何才能拿到钱的方法。

阿民：确实没有学到。

教练：假如你是财政局长，有人天天缠着你，你会是什么感受？

阿民：我肯定也不高兴。但他给了钱我就不会缠着他啦。

教练：问题是你缠着他也没得到你想要的结果啊。

阿民：是的。

教练：那要用什么办法才可以拿到钱？

阿民：……（沉默）

教练：看来你从来没有认真地想过这个问题。

阿民：对。

教练：所以你现在应该好好想想，如果你是局长，你认为一个什么样的人才可以让你给他钱？

阿民：铁哥们或者亲戚。

教练：但是你现在不是他亲戚嘛。除了这些因素外，还有什么可能让你拿到钱？

阿民：如果我是财政局长，我肯定愿意给人家钱的。

教练：你现在只是一厢情愿。我问你，假如你是局长，你最关心什么呢？

阿民：那肯定是工作方面有没有投诉。估计我跟市领导接触这件事可能惹他生气了。

教练：注意你的方式——你是拿他的上级来压他。

阿民：对的。

教练：你用上司压他，拿尚方宝剑来逼他，结果怎么样？

阿民：结果是钱没要到，他反而对我反感了。

教练：所以你学到了什么？

阿民：我觉得还是彼此沟通少，了解比较少。

教练：你沟通的并不少，只不过每次沟通都是为了得到你自己想要的，而没有考虑他想要的。

阿民：对。

教练：实际上，你一直在用纠缠的方式沟通，用情绪化的方式沟通，用拿上司压他的方式沟通。

阿民：是的，可这也是在沟通啊。

教练：这样能不能帮助你实现自己的目标呢？

阿民：我觉得我肯定能搞定，只是时间问题。

教练：既然你已有尚方宝剑在手了，可能完成你的目标也不是问题，但关键是如果你以后继续用这种方式会带来怎样的结果？

阿民：我觉得我这种态度也是要改进的。要不然很可能到时候拿到了钱，但我们的关系也破裂了。

教练：有没有更好的做法？

阿民：就是我们彼此双方先放下这个事情，然后请局长承诺，我也不担心了，我觉得这才是最完美的。

教练：你觉得要怎么样局长才会给你承诺？

阿民：先通过一些关系让他了解我们企业的情况，让他知道我并不是故意刁难他。

教练：什么原因让他之前不愿承诺？

阿民：他也可能有他难做的地方。可能他还没跟上下沟通好，到时候承诺了做不到也不行，他可能担心这个。

教练：你一直以来只是逼他承诺，而不是想办法帮助他解决些困难。

阿民：我帮不了他。

教练：你既然有能力动用领导来压他，为何不能动用领导来帮他呢？

阿民：我从没这样想过。

教练：是啊，你只想要回属于你的。因为你心里觉得，这是他该给你的，凭什么还要你来帮他？

阿民：当时我确实是这么想的。其实我是可以帮他的。教练，经过你的启发，现在我明白了，帮他其实就是帮自己。

教练：那么，现在你打算怎么帮他？

阿民：我当时没有了解他的感受。其实我可以通过我的关系了解他在工作中的障碍，搞清楚问题出在了哪里。如果他真的有困难，我也可以请他的上司来帮助他解决。

教练：这样做跟你之前用他的上司来压他有什么不同？

阿民：以前想的是用上司压他拿到钱，现在是用上司帮他完成工作。

教练：那这两者之间哪一个更有效呢？

阿民：当然是后者。

教练：如果你这样做了，他可能有什么感觉？

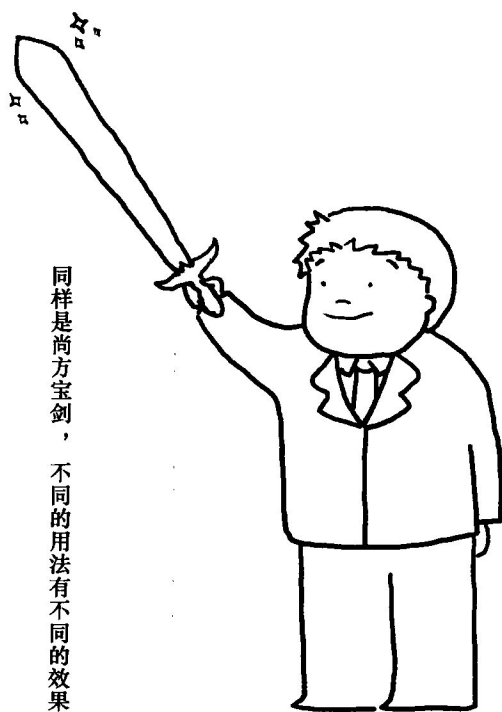
阿民：他肯定觉得我是对他好的，如此一来，他也更愿意帮我了。而且最重要的是我们的关系会更好！这应该是我目前最好的选择了。

教练：所以，态度变了结果就会不一样

阿民：我知道了，谢谢教练。

刀可以杀人，也可以救人。刀是无辜的，关键在于使刀者的想法。

同样是运用上司的力量，从“压”转变为“帮”，“尚方宝剑”的效果也可以不一样！



同样是尚方宝剑，不同的用法有不同的效果

顶端

阿飞：教练，我的家庭很富裕，以至于家里人给我安排好了
一切。小时候我感觉挺好的，但是长大后我发现我什么都不会。
我才明白这个富裕的家庭不是帮了我，而是害了我。

教练：你现在是什么心情？

阿飞：我恨我的家人把我搞得像个残废。

教练：我感觉你不是个残废啊，你四肢健全啊。

阿飞：可是我感觉我就是个残废！

教练：你是身在福中不知福，不知道有多少人想当你这样的残废呢！

阿飞：可是我不稀罕，我不想温室里等死！

教练：我感觉你现在很激动，你究竟在抗拒些什么？

阿飞：我不明白为什么父母把我搞成现在这个样子。

教练：你把父母对你的爱当成了害你？

阿飞：如果他们爱我的话，那我也不至于是现在这个样子。

教练：你现在是什么样子？我感觉挺好的啊！

阿飞：说出来不怕大家笑话，我连坐地铁怎么买票都不会。

教练：哦，但是你肯定会买飞机头等舱的票。

阿飞：你怎么知道？

教练：这个世界很公平的，你失去了一面的同时肯定会拥有别人没有的一面。

阿飞：可是我总感觉自己没有平凡人的成长经历，从小到大所接触的东西都太高。我想从一个平凡人做起，通过自己的努力达到顶端。

教练：你认为你现在处于什么位置？

阿飞：不可否认，我一出生就是在顶端上。

教练：那有什么问题，很正常啊？

阿飞：不正常。我的基础都是虚的，在顶端会牢固吗？

教练：我看你挺聪明的，怎么这么简单的道理都不明白呢？

阿飞：怎么讲？