践行社会主义核心价值观　打造教练型师资团队



魏晓锋　盛建军 著

健雄核能

JIANXIONG HENENG

打造非权力领导力

物有本末,事有终始,知所先后,则近道矣。

苏州大学出版社
Soochow University Press

健雄核能

打造非权力领导力

魏晓锋　盛建军　著

苏州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

健雄核能打造非权力领导力／魏晓锋，盛建军著.
—苏州：苏州大学出版社，2016.12
ISBN 978-7-5672-1273-2

Ⅰ.①健… Ⅱ.①魏… ②盛… Ⅲ.①领导能力—培训 Ⅳ.①C933

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 127945 号

书　　名：健雄核能
打造非权力领导力

作　　者：魏晓锋　盛建军
责任编辑：周建国
装帧设计：吴　钰

出版发行：苏州大学出版社(Soochow University Press)
社　　址：苏州市十梓街 1 号　**邮编**：215006
印　　刷：苏州工业园区美柯乐制版印务有限责任公司
网　　址：http://www.sudapress.com
邮购热线：0512-67480030
销售热线：0512-65225020

开　　本：787mm×1092mm　1/16　**印张**：12.25　**字数**：175 千
版　　次：2016 年 12 月第 1 版
印　　次：2016 年 12 月第 1 次印刷
书　　号：ISBN 978-7-5672-1273-2
定　　价：45.00 元

凡购本社图书发现印装错误，请与本社联系调换。服务热线：0512-65225020

播种幸福梦想(代序)

2012年5月13日19点,上海浦东机场候机楼,202号登机口附近一处较安静的走廊里,一群从20到40多岁不等的男男女女向两条长椅聚拢过来,面对面而坐,身子前探,兴奋地谈论着什么。周边不时有人投来好奇的目光:他们是谁?他们在谈论什么?为什么稍显疲惫的面容依旧无法掩饰内心所散发的兴奋、幸福与激动?他们到底是做什么的?

时间要回到三天前,也就是5月10日上午12点,一辆商务车停在了江苏省太仓市健雄职业技术学院[①]的教师公寓楼前,车上下来了8个脸上洋溢着笑容的人,他们来自全国不同的城市——连文胜,来自西安;文墉,来自厦门;戴闻一,来自西安;崔靖楚,来自西安;杨智钧,来自西安;李源源,来自武汉;鹤桐,来自长沙;高逸飞,来自西安。

他们是健雄学院的老师吗?不是,尽管健雄的老师们称呼他们为老师。他们是来参观的吗?不是,尽管健雄学院是太仓的一张名片,在德国双元制本土化探索中形成的定岗双元人才培养模式闻名遐迩。

---

① 全称"苏州健雄职业技术学院",是2004年7月经江苏省人民政府批准建立的公办全日制普通高等学院,以出生太仓的"中国居里夫人"——吴健雄的名字命名,位于苏州太仓科教新城,毗邻国际大都市上海。学院由江苏省太仓师范学校、太仓广播电视大学、太仓工业学校整合升格而成,办学历史积淀深厚。

那他们来做什么呢？在这里不得不提到一个人——健雄学院院长魏晓锋。他于2006年底担任院长，乐于接受新鲜事物，心思缜密、为人随和，深得人心。

2011年，一个很偶然的机会，魏晓锋为健雄学院引进了一项体验式培训课程，即《核能领导力——“我发现我自己”培训》，这项覆盖全校教职员工和部分学生的培训一发不可收拾，持续了几年时间，深刻地改变了这所学校。

在导师戴闻一的辛勤耕耘下，一颗种子悄悄地发芽了。通过体验式的培训，魏晓锋隐约感觉到要从根本上改变一所学校的状态，教师精神面貌是关键。如何将培训中的卓越状态及和谐氛围持续体现在日常工作中？如何将一种全新的思维模式建立在教师及学生的大脑中？健雄学院决定和以连文胜、戴闻一为代表的光明行教练团来一次共同的创新。

光明行教练团定位：中国非权力领导力训练的领导者。

生命意图：相信；核心价值观：光明；使命：传承智慧，播种幸福。

这是一群有着共同梦想的人，他们中的每一个人都深深知道自己来到这个世界的使命，他们也一直在努力用自己内在的光明去照亮周围的世界。他们在这条专业探索生命的路上走了近10年，其中6位通过了国际级专业认证考试。在许多人心目中，他们是太阳、是充满爱的天使，而他们清晰地知道他们才刚刚开始。这群人有一个共同的名字——教练。

三年前的上海，世界级教练大师玛丽莲[①]在她的课堂上点燃了一个梦想，一个关于中国教练影响世界的梦想。这个梦想是那样的宏伟，它

① 全球教练机构三强之一——埃里克森国际学院院长，世界顶级教练、NLP及企业教练培训师，注册高级心理治疗师。

那他们来做什么呢？在这里不得不提到一个人——健雄学院院长魏晓锋。他于2006年底担任院长，乐于接受新鲜事物，心思缜密、为人随和，深得人心。

2011年，一个很偶然的机会，魏晓锋为健雄学院引进了一项体验式培训课程，即《核能领导力——“我发现我自己”培训》，这项覆盖全校教职员工和部分学生的培训一发不可收拾，持续了几年时间，深刻地改变了这所学校。

在导师戴闻一的辛勤耕耘下，一颗种子悄悄地发芽了。通过体验式的培训，魏晓锋隐约感觉到要从根本上改变一所学校的状态，教师精神面貌是关键。如何将培训中的卓越状态及和谐氛围持续体现在日常工作中？如何将一种全新的思维模式建立在教师及学生的大脑中？健雄学院决定和以连文胜、戴闻一为代表的光明行教练团来一次共同的创新。

光明行教练团定位：中国非权力领导力训练的领导者。

生命意图：相信；核心价值观：光明；使命：传承智慧，播种幸福。

这是一群有着共同梦想的人，他们中的每一个人都深深知道自己来到这个世界的使命，他们也一直在努力用自己内在的光明去照亮周围的世界。他们在这条专业探索生命的路上走了近10年，其中6位通过了国际级专业认证考试。在许多人心目中，他们是太阳、是充满爱的天使，而他们清晰地知道他们才刚刚开始。这群人有一个共同的名字——教练。

三年前的上海，世界级教练大师玛丽莲[①]在她的课堂上点燃了一个梦想，一个关于中国教练影响世界的梦想。这个梦想是那样的宏伟，它

① 全球教练机构三强之一——埃里克森国际学院院长，世界顶级教练、NLP及企业教练培训师，注册高级心理治疗师。

文胜，但连老师深刻感知到这一切的发生是因为有一个卓越的团队在支持着他。他看到第一阶段培训中已经得到高度认可与信任的戴闻一，为了保证启动会的质量甘愿推翻早已经备好的流程；看到文墉时刻在体现自己的责任心，不断用自己的状态影响整个团队；看到李源源与鹤桐如同两朵美丽的莲花在现场绽放；看到崔靖楚与杨智钧都在用自己的方式呈现着他们生命最美好的品质；看到高逸飞如同一个善解人意的小精灵在最恰当的时候送上最需要的关怀与帮助；更看到健雄学员的心也如同一朵含苞的莲花在慢慢绽放智慧与人性的光芒……

活出一份相信，就看到一份相信，一份来自健雄学院、来自教练团队、来自对健雄学院愿景的相信；我们传递着一份光明，一份内在的光明，一份人性的光明，一份属于人类幸福的光明。

光明行教练团

2016 年 12 月 10 日

前 言

苏州健雄职业技术学院是由历史背景不同的三所学校整合升格而成，其办学历史最早可追溯到1907年。中国高等教育的大众化源于20多年来学校不断合并、升格，扩大招生层次和规模。但大学升格、规模扩张并不意味着教育者办学理念、价值观、管理水平的自然提升，需要通过各种措施加以融合、提升。随着办学规模扩大、办学业务种类增多，校内提升领导者、管理者以及老师的理念和能力呼声越来越高。一个偶然的机缘，学院接触到光明行教练团的“核能领导力”培训项目，切身感受到其在开发个人“潜能”与打造团队“核能”上的巨大“威力”。高职教育竞争热浪扑面而来，学院领导决定带领这支“散兵游勇”立即出发，去经历一次“脱胎换骨”的修行和历练，为学院打造一支劲旅，培育一些火种。在太仓市财政局的大力支持下，健雄学院与光明行教练团合作的核能领导力培训项目很快启动实施。这次培训形式之新、涉及人员之多、辐射影响之大，是建院以来空前的。从某种意义上说，这已不是一次一般意义上的师资培训，而是一次以爱为纽带、以教练技术为手段、以实际工作为抓手的现代职业人教育，是一场以提高学院领导层领袖领导力、管理层执行力和全体师生员工凝聚力为宗旨的管理革命，是一次修正学院价值取向、修建师生精神家园的高校文化建设。

自2011年11月学院启动核能领导力培训项目以来，从校领导到普通教职工和部分学生，都积极参与培训，先后经历了“破冰”“实践”两个阶段，培训内容涉及5R课程、领袖领导力、执行领导力、团队教练、述职会议、一对一辅导、影子教练、加油站、凯旋工作坊等16培训子项目，其中仅领袖领导力、执行领导力课程培训达18期、团队教练25次、述职会7次、一对一教练1 087人次……教练们通过一系列的体验活动和游戏，不断挖掘学员的自身潜能，激发内心无穷的正能量。

通过核能培训，全院师生进一步提炼了学院的价值观（学生第一；包容、支持；创新、责任），明确了学院的使命（让每一个学生成为幸福的现代职业人；让每一个教师成为幸福的健雄人；贡献地方、服务社会）和愿景（成为中国高职教育特色发展的领跑者）。有了共识就有了“共振”，就有了统一的行动，在接下来的学院暑期招生宣传、人才培养工作评估等重要活动中，在学院日常教育教学管理中，涌现了许多感人的故事，这些故事背后都是学院重构“DNA”的自然呈现。

通过核能培训，师生们开始“向内看”，既看到自己的“卓越性”，也看到自己亟待补齐的“短板”，更为重要的是发掘别人身上的闪光点；开始关注自己和他人的小小成功；开始改变不良习惯、打破常规去尝试各种可能性。培训形成的正能量迅速积聚放大，学院呈现和气、和睦、和谐的人际关系与校园氛围。培训中，学员们在学习心得中这样写道：“核能培训，使我由强求改变别人的痛苦中解脱出来，在改变自己、接纳别人中体验到了快乐”“培训使我打开了自己，了解了自己，发现了自己，提升了自己”“核能培训使我开始懂得‘施’比‘受’更重要，因为，它能带给我成就感与来自心底的快乐”……学员们的这些感悟，体现了核能培训所引发的思想观念转变，这对引领教师健康成长至关重要。

随着核能培训的不断深入，3F、5R等教练技术的运用不断普及，带

动了学院相关项目小组工作的高效开展。学员们还把教练技术创新运用到各个领域，产生了很多溢出效应：班主任把教练技术运用到班级管理中，辅导员把教练技术运用到学生教育中，教师把教练技术运用到专业教学中，很多学员还把教练技术运用到子女教育中，很多外单位邀请健雄培训团队开展类似的项目训练……强大的正能量正在不断扩散。

“带着爱、用心听、善于问、敏于行”，是核能培训教练技术的精髓。核能培训虽已结束，但是核能培训的精神还需传承。只有坚持不懈地用“爱”唤醒学生的“爱”，用“智慧”开发学生的“智慧”，用“教练技术”支持学生“拉阔梦想”，学院正能量才能进一步集聚、放大，领袖领导力、管理执行力和团队凝聚力才能持续增强。唯有如此，爱的种子才会继续在健雄校园里播撒，“核能”力量才会继续辐射到校内外更大场域，“使命、相信、勇气、大格局、光明”的全新面貌才能早日显现。

改变原有的心智模式是艰难的，改变很多年形成的行为习惯也是痛苦的。在培训过程中，思想和心灵的洗礼是痛苦的，变成行动更难，健雄人无数次想逃避，又无数次被唤醒。醒觉源于教练的引发。感谢光明行教练团，中国教练事业的开拓者们，他们不但传授外在的与人沟通的教练技术，更重要的是，他们打开了人的内在宇宙，提升了健雄人的学习能力、感知能力、觉察能力和行动能力。他们是智慧的传承者，也是幸福的播散者。

理可顿悟，事需渐修。前面的路还很长，也不会平坦，但只要健雄人有强烈的使命感，有正确的价值观，有积极正向的能量场，就一定能达成共同的愿景。世界上没有比人更高的山，也没有比脚更长的路。健雄人正在路上……

目 录

上 篇 原理与技术 / 1

第一章 关于心态的两个原理 / 3
第二章 组织变革原理 / 9
第三章 教练技术 / 16
第四章 领导力 / 40

中 篇 学习与践行 / 49

中篇(上) 破冰之旅 / 51
第五章 只要开始 永远不晚 / 51
第六章 只要相信 就有可能 / 61
第七章 向内看 从我开始 / 66
第八章 真正的负责任 / 72
第九章 现在是我人生中最灿烂、最辉煌的时刻 / 77
中篇(下) 价值观践行 / 81
第十章 价值观在健雄 / 81
第十一章 客户——学生第一 / 88
第十二章 团队——包容与支持 / 102
第十三章 做事——创新与责任 / 115

下 篇 蜕变与成长 / 127

第十四章 健雄的沙克尔顿 / 129
第十五章 我们是教练型教师 / 152
第十六章 散沙—集体—团队 / 163

教练寄语 / 183

后 记 / 184

上篇

原理与技术

领导是这样一种人，在众人迷茫无措时能够指明方向并带领团队向既定方向奋进的人。而一位伟大的领导者，无论他的团队成员状态如何，都能够教导团队、鼓舞士气，使团队总是处于被激发的状态，从而带领团队去实现超越。

领导力是领导者激励自己的团队和员工跟随他去目的地的能力。正如基辛格（Henry kissenger）博士所言，领导者就是要带领人们，从他们现在的地方，去还没有去过的地方。

核能领导力是领导在激励员工时，能让每一位员工释放出最大能量，并且让能量互相激发，产生超乎想象能量的能力，就像原子核裂变和核聚变反应所爆发的巨大能量一样，是谓核能领导力。

第一章　关于心态的两个原理

一、表现 = 潜能 - 干扰

为什么有些人在公开场合应付自如、落落大方，而有些人则局促不安、畏首畏尾，是能力差距吗？一个人的表现不佳，并不是他没有这个潜能，而是因为有干扰存在，从而降低了他的表现。比如说，一个人不敢上台演讲不是因为他不具备演讲的能力，只是他在担心和恐惧，担心讲不好会被人笑话，担心出丑，这些干扰最终成为他不能很好演讲的障碍。表面上看，干扰是来自环境，实际上，所有的干扰都是来自我们的内心，来自我们对环境的看法和态度，来自心里的恐惧和担心。这些想法造成了干扰，干扰影响了行动，从而妨碍了潜能的发挥。

是什么阻碍人们更好地表现呢？企业教练先驱添·高威[①]有一个经典公式：表现 = 潜能 - 干扰。这个公式相当于心态教练领域的“牛顿定律”，具有举足轻重的作用。

① 美国网球教练，和约翰·伍顿一起作为企业教练技术创始人，将运动学、心理学、教育学融合于企业管理中。

生物学家做过一个有趣的实验：他们在一个玻璃杯里放进一些跳蚤，发现跳蚤立即轻易地跳了出来。根据测试，跳蚤跳的高度均在其身高的100倍以上。接下来实验者再次把这些跳蚤放进一个加了玻璃罩的杯子里，立刻听到“砰……砰……”的轻微撞击声，跳蚤们个个不停地撞在玻璃罩上。跳蚤虽然跳不出来，但并没有停下来，因为跳蚤的生活方式就是“跳”。一次次地“碰壁”，跳蚤变得聪明起来了，它们开始根据玻璃罩的高度来调整自己所跳的高度。经过一段时间，玻璃罩又降至一个高度，这些跳蚤又一次次地被撞，它们再根据玻璃罩的高度来调整自己所跳的高度……随着玻璃罩一再下调，接近瓶底……最后实验者开始把玻璃罩拿掉，跳蚤不知道玻璃罩已经去掉了，它们已经从一个跳蚤变成了一个可悲的爬蚤！

接着，生物学家在玻璃杯下放了个酒精灯，并且点上了火。不到五分钟，玻璃杯烧热了，所有的跳蚤自然发挥出求生的本能，不管是否被撞痛，全部跳出了玻璃杯。



图1-1 跳蚤实验图

这个实验生动地说明了干扰和潜能的消长关系。对于跳蚤而言，它是有潜力跳出玻璃杯的，但是“干扰”的存在却让擅跳的跳蚤变成了爬蚤！这是多么可怕的事实啊！玻璃罩不仅罩在杯子上，而且罩在了跳蚤的潜意识里，罩在了它们的“信念”上，行动的欲望和潜能就这样被扼杀了。

所以，精彩的人生是需要挑战和激励的！

人类也是生物界的自然组成部分，“跳蚤现象”一样在人的发展过程中存在。很多人不敢去追求成功，不是追求不到成功，而是因为他们的心里面有着太多的干扰。

比如，每个人都会说话，除非是哑巴或者有特殊疾病。但据科学家调查，在公众面前发表演讲，却成了90%以上的人一生中除了死亡之外的第二大恐惧。尽管不少人平时滔滔不绝，但是一旦处在众目睽睽之下，他们便立即汗如雨下、面红耳赤而不知所云。细细想来，说话与演讲并无本质差异。对着一个人是讲话，对着1 000个人同样是讲话，为什么原本口才极佳的人换了一个场景就表现如此糟糕？这同样涉及前面提及的心态与方法的问题。面对众人，并非不能讲话，而是不敢讲话，“技术”条件早就具备，只是心态上出现了“短路”。干扰时刻存在，因为人类有思想，时刻在思考。资料表明，每个人从出生到死亡，每天会有5万～8万个念头，连绵不绝！而这些念头有多少是对你有价值的呢？其实很少！

类似不敢上台演讲这样的事情每天都在发生，例如不敢找人沟通、怕被客户拒绝、怕开会发挥不好等等，其成因不是人们不懂方法，而是人们内在的干扰太多，这些干扰最终成为人们失败的“元凶”。