

Inner Game : Inspiring your wellbeing

内心游戏：激发你的潜能

成为潜能教练提升绩效表现，从深层倾听到天性潜能开发



这是一个VUCA时代

成长蜕变，你需要找到自己的颜色

拓展认知边界，提升意识层级



Volatility
易变性

Uncertainty
不确定性

Complexity
复杂性

Ambiguity
模糊性

【课程背景】

这是一个VUCA时代，一个充满易变性（Volatility）、不确定性（Uncertainty）、复杂性（Complexity）以及模糊性（Ambiguity）的新时代，意味着你将不能使用过去的经验解决当下的难题。

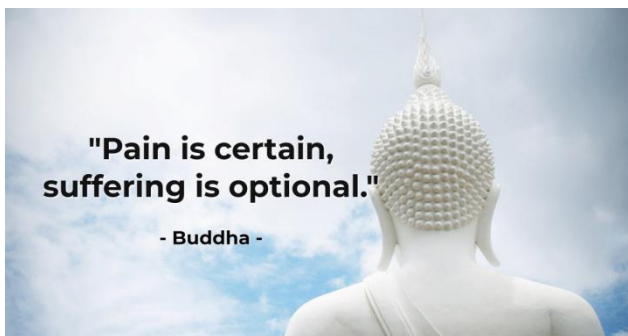
「内心游戏」起源于东方传统**佛教智慧**，结合了现代西方流行于美国宇航局 NASA 的**教练型领导力**实践，帮助人们**减轻焦虑和压力**，更好的处理人际关系，在生活中达到**正等正觉**的无上境界，在工作中**提高工作效率创造更高绩效表现**。

所以，这门课程叫做「**内心游戏**」，探索内在的自己，挖掘最大的潜能。

【课程收获】

The Harvest Of Learning

- 0 你将具备一种**全新的思维模式**，掌握新时代领导力的**框架、工具和流程**。开发**内在潜能**不断提升自身表现（**团队绩效**），当每一个过程都处在**身心合一**的状态中时，**最佳结果**会自然涌现。



痛苦是确定的，受苦是可选的。

——佛陀

【课程对象】

Who Is Suitable To Study?

- o 本课程适合企业家、领导者、高管、教育工作者、老师、培训师、HR、咨询师、绩效教练、父母教练…以及任何想要改变自己或者提升表现的每一个人，它可以和您自身的专业内容无缝结合。

【课程大纲】

- o 共四个模块，每个模块 2 天。

- o M1 上溯空性

- 1.综述：相由心生、缘起性空——从八识田与八船筏到现代心理学
- 2.明心：我是谁？从哪里来到哪里去
——探寻价值观、梳理人生主题、意识排序、生命意图
- 3.见性——识别天生性格、解锁内在潜能、多种测评方式
- 4.道法自然——建立相互依存的共生关系

• BEING

- o M2 下及万有

- 1.情绪管理与情绪消除技术——EMT&EFT
- 2.关注所向力量所向——基于 AMBR 的思维转换技术
- 3.深层倾听与关键对话技术——聚焦对方真实意图
- 4.成功人脉资源法则——构建成功人际关系的技巧
- 5.从品牌定位到终身客户——钻石模型

• Having

o M3 全观视野

1. 定能生慧——止观练习与正念领导力
2. 意识层级——逻辑层级与螺旋动力
3. 直指人心——赋能的教练型领导力，激发的技巧
4. 自然流现——开放内在三器，成为量子领导者
5. 正见——全观视野，赢在脚下

• Coaching

o M4 最佳表现

1. 人间是剧场——戏剧化状态与出离
2. 减法——激发潜能的秘诀，减去干扰状态的因素
3. 即兴的智慧——何其自性，本自具足
4. 人生规划到时间管理——放置人生的大石头
5. 只有当下——一即一切，一切即一

• Performing