

## 每月剪與貼

### Cut & Paste from Keith To:

Jun 23 2009

目錄：

- I. From the edesk of Keith To
- II. Bi-Weekly Cut & Paste: 別急著給建議
- III. Program You Can Enroll：基礎催眠證書課程
- IV. Recent Posting of Ideas & Thoughts of Keith To
- V. 我的觀點：為什麼東京街頭沒有垃圾箱？

#### I. From the edesk of Keith To

Hi,

1. [放假完了](#)，小弟上月一連放了超過四個星期的悠長假期，有時短假期能做到快 **Charge** 效果，但長假期卻能讓自己放下公務，給予自己更多機會接觸家人與自己；時間過了就是過了，將來未必有著同樣的機會！

2. [Certified Professional Coach課程](#)，即將開辦。本課程是很多同學期待已久的，她是 [RCC](#)、[RPC](#)及[RCaC](#)的高階課程，你將學懂如何以**發展導向**來教練自己及他人。

由於是首次舉辦，如何教授以及講授內容，也會與參加者共同嘗試實驗探討，課程時間、堂數也可能隨時增加，但學到的也可能是比以後歷屆也**更多更深**；沒有冒險心的朋友，大可於課程明年第二次正式推出時才報讀也可。

更多詳情，可參閱：[www.InstituteofCoaching.com](http://www.InstituteofCoaching.com)  
(8月14日開課，每年只辦一次，**首次低於半價優惠，但必須於七月一日前報名**)

3. **別急著給建議**是今期的文章，日常生活也好，做 Coaching 時也好，大部份人也真的不是想你給予他們意見的，而我們卻又太喜歡給人意見，有時真的是自討苦吃了！

Keith

***Explore, Exceed & Excel***

## **II. Bi-Weekly Cut & Paste: 別急著給建議**

作者：Unknown

曾經有一位正面臨感情瓶頸的讀友上網留言，問該不該和交往兩年的男友分手。

據她的描述，他真是個大災難。自私自利、脾氣古怪，甚至還有暴力傾向，

兩人若一言不合，他就會動手摔東西。

基於「旁觀者清，當局者迷」的道理，我提醒她多留意，如果溝通無效，男友又無法改進，不如趁早放棄這段感情，即使到最後失去他、只剩下自己，至少不會把青春浪費在一段不幸福的關係裡.....

幾個星期過去，他們兩人重修舊好。並不是因為他的重大改變，而是她的不斷妥協。

我卻收到一封來自她的男友寫的電子郵件，很憤怒地指責我挑撥離間。

## 每月剪與貼

她知情後，也出面向我道歉，說她當時只是情緒不好，找個對象吐苦水，並沒有意思要將男友棄之不顧。

沒有立刻學聰明的我，相隔不久，又犯了另一項錯誤。

一位學弟在職場上碰到疑難，問我該不該辭職、另謀出路？

他的主管常對他提出無理的要求，而且常要他背黑鍋。

向我傾訴的時候，他的語氣時而哀傷、時而氣憤，並且表示無法在那家公司繼續再多待一天。

看他那麼痛苦，我從他混亂的敘述裡，歸納出幾個重點，建議他在可能的情況下，進一步與主管溝通，若長期無法取得彼此的信任，也許該考慮轉換跑道。

幾天之後，他卻親自跟我說：「你的分析，實在太理性了。我永遠也沒有辦法像你那樣。」

聽完你的建議，我突然覺得自己很不中用。就算決定要轉換跑道，我恐怕也無法找到更適合自己的工作。」

一時無言的我，這下終於明白：**大部分的人，對自己面對的難題，心中自有定見。**

落難的時候，需要的是附和著鼓掌的人，而不是太多具體的建議。

很多朋友找人傾訴心中的痛苦，表面上好像真的是虛心求教，希望得到一個具體的建議。

但事實上，他們只是想找個心情垃圾桶，一吐心中不快而已。

他們巴望能找到一個溫柔的知己，而不是理性的智者。

他們寧願有人陪著一起咒罵所譴責的對象，而不必花力氣去執行那些改變現狀太多的建議。

即使你真的想幫他，也必等到他的度過情緒低潮以後再說，別在他最痛苦的時候，急著給建議。他需要的是同情與憐憫，不是建議！

### **III. Program You Can Enroll: 基礎催眠證書課程 2009 (第十一年度)**

一年一度的基礎催眠證書課程即將於七月十一日開課！

課程面授時間**超過三十小時**，成功修畢後可獲 Institute of Mental Technology 頒發基礎催眠證書，本課程獲英國General Hypnotherapy Standards Council認可，並可申請成為該會的 **Foundation Level** 註冊級別。

這個基礎課程，你將會從中學到比市面上的所謂高階課程更多更深。

本課程除了教授技術深入廣泛外，可能還是全港(或全世界)學費最為相宜的國際認可催眠課程，學費僅需 HK\$1,900。

開課日期：2009年7月11日

主辦：聖雅各福群會

查詢：2835-4396 Richard Fung

詳情：[www.HypnotherapistTraining.com](http://www.HypnotherapistTraining.com)

**備註：**修畢課程必須提交習作及理解測試及格，絕非交費上課即可獲得證書

如想報讀本年度的**註冊催眠治療師課程**，本基礎課程為先修課，你必須完成本業重後才能報名。

#### **IV. Recent Posting of Ideas & Thoughts of Keith To**

##### **三種未來人才**

一陣陣失業消息中，是否是時候來為自己的未來作點籌備，為未來更大的市場、更多的創意，更高的生產力，先行一步採取行動？

IDEO 總經理 Tom Kelley 提出了**未來三種人才**，你是否其中一種，甚或是兩種的結合體呢？

依 Tom Kelley 的分類，未來人才可以分為**學習型、組織型與建造型**三大類：

1. **學習型人才**：能把不同的東西相互結合，替組織帶入新的事物，走在前端，觀察人類行為。
2. **組織型人才**：能克服障礙、連結組織內各功能、單位、部門以及個人，激發人才和創造力。
3. **建造型人才**：能用各種方法，深深地感動顧客。

你是那種未來人才呢？

**Source:** [www.keithto.ws](http://www.keithto.ws)

Keith To (Posted on: May 1 2009)

## V. 我的觀點: 為什麼東京街頭沒有垃圾箱?

年初時到訪東京，剛好吃完便當，手上有點包裝用的廢紙，但環顧四周，竟沒法找到一個垃圾箱，最後唯有帶回酒店處理。

東京的垃圾箱究竟去了那裡？

『全收起了！』，這是我八卦(或稱好奇)地詢問當地人後得到的答覆。

每個人也把垃圾帶回家，再分類處理，這樣做街頭就會更整潔，而整個城市也會更環保。

很好的辦法啊，為什麼我們不也去效法他們？

想問問大家，如果香港也跟東京一樣，不去設立垃圾箱，結果會可能是怎樣的呢？

Keith

**Explore, Exceed & Excel**