

# 教练认证计划及 企业教练认证计划

升级申请人指南



# 内容

AC 教练认证计划 .....	Error! Bookmark not defined.
申请表 .....	Error! Bookmark not defined.
1. 声明.....	Error! Bookmark not defined.
2. 教练培训.....	9
3. 教练经验.....	Error! Bookmark not defined.
4. 个人教练风格 .....	15
5. 教练案例分析 .....	Error! Bookmark not defined.
6. 教练标准和道德守则 .....	Error! Bookmark not defined.
7. 教练资格的锻炼.....	22
8. 教练客户推荐表格.....	Error! Bookmark not defined.6
9. 教练督导.....	Error! Bookmark not defined.8
10. 教练持续专业发展.....	Error! Bookmark not defined.3
附录一 在教练经验记录表中使用 Excel 表格.....	Error! Bookmark not defined.6
附录二：反思性实践 .....	Error! Bookmark not defined.8



# AC 教练认证计划

教练学国际协会（AC）教练认证计划于 2010 年推出，旨在符合 AC 倡导教练专业卓越标准的宗旨。其核心特点是：

## 包容性

AC 欢迎来自不同背景、培训和经验的教练获得认证，而不是规定一条认证途径。该计划的重点是评估实践能力，而不是强调公开的学术或理论。

## 严格的标准

AC 教练认证计划的建立是为了让教练能够以高专业标准为基准，并就教练的经验水平和能力向购买教练服务者提供保证。

## 发展重点

本计划提供四级级别，您可以根据您目前的经验和能力水平申请相应级别的认证，并有发展途径晋升到更高级别的认证。

## 关联

本计划提供两种认证类型的选择，根据您的情况选择最相关的类型 - 教练认证和企业教练认证。企业教练认证类型旨在允许那些主要在受指引者工作环境下进行指引的人获得该专业的认证。两种类型的认证在标准方面是平等的。

## 反馈

我们的目标是使本升级指南清晰易懂，我们欢迎反馈和改进建议。如有任何意见，请发送邮件至：[individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)。本指南适用于已经获得 AC 认证并希望提升其认证级别的教练。



## 需要文件

请发邮件 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)

对于认证升级文档套件（如果尚未提供）。您将需要提供以下资料：

- 资格鉴定升级概览
- 升级申请人指南（本文档）
- 升级申请表
- 教练经验记录表
- 升级客户推荐表格
- 教练督导指南
- 升级教练督导报告
- 教练能力框架
- AC 全球教练、导师和督导道德守则
- 认证升级常见问题解答

## 你需要做什么

以下是您升级认证级别的步骤：

- 一. 请阅读下面的资格标准，以确定您是否满足升级的所有要求。如果您没有，请联系 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)。如果您决定在同一级别续订您的认证，请向 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com) 索取认证更新文件套件。
- 二. 通过电子邮件注册您的申请意向 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)
  - 包含以下详细信息： -
    - 您想申请哪个级别（以及是教练还是企业认证计划）。
    - 您当前的认证状态到期的日期。请注意，申请应在当前认证到期日前三个月提交，以确保认证的连续性。
- 三. 您的详细信息将被注册，您将收到一个道德困境问题，作为申请的一部分，请将其答案与申请一起提交。



- 四. 有条不紊地阅读本升级申请指南，在需要时请求您的教练督导和客户的支持，并开始准备您的申请。

## 资格标准

您的培训时数和教练经验是不同级别认证计划的资格标准。您还将根据您的教练知识的深度和教练实践的质量进行评估。更高级别的认证需要展示更广泛和更深入的教练能力，如 **AC 教练和企业教练认证计划升级概述文件** 所示。

## 申请前须知

在提交申请之前，请确保您符合您申请的计划和认证级别的所有标准。如果您获得的认证级别低于您申请的级别，您将有资格获得部分认证费退款。评估费部分将不予退还。

## 费用

提交申请时，您需要支付评估费用和三年认证费用。当前的 AC 认证费用资料可在网站上找到。有关目前的 AC 认证升级费用，请联系

[individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)

评审及认证费用将于**每年 4 月 1 日**检讨。

## 提交申请

申请应在您当前的认可状态到期前三个月提交，以确保认证的连续性。

请通过电子邮件提交您的申请，具体如下：

- 一. 确保申请表中要求的所有部分都包含在一份文件中，最好是 PDF 格式。也请保留一份 word 格式的副本，以防您需要重新提交申请的任何部分。
- 二. 将您参加的教练培训课程的证明材料扫描到一个电子文件/文档中，检查扫描的证书是否正确放置以供查看。
- 三. 将两份持续专业发展 (CPD) 证据扫描成一个电子文件/文档，检查扫描的证书是否正确放置以供查看。
- 四. 将您的教练经验日志保存为一个电子文件/文档。



五. 将您的录音或视频记录保存为一个电子文件，检查它是否为 mp4 格式并且声音清晰可听。请注意，我们只接受 mp4 格式的音频提交，不接受视频录制。

六. 将您的客户参考资料/推荐表格保存到一个电子文件/文档中。

七. 将您的教练监督报告保存为一个电子文件/文档。

然后通过电子邮件将您的申请发送给 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)

### 在提交申请之前，请注意：

请务必按照规定完整填写申请，否则您将被要求进行更改并重新提交。重新提交可能在以下两个阶段之一被要求：

一. 在对申请的资格和完整性进行第一阶段评估后。

二. 在第二阶段能力评估之后，如果提供的能力证据不足。

如果您无法重新提交足够的证据，我们将告知您是否有资格获得任何部分评估费退款，具体退款金额取决于已进行的评估工作量。有关当前的 AC 升级资格鉴定重新提交费用，请联系 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)

提交申请后，您将收到接收认可和费用支付说明。一旦支付了这些费用，您的申请将进入评估过程。

您对您的认证申请负有责任。支持您的申请而提交的任何文件都必须真实可信。如果发现申请中提供了任何虚假信息，这将使整个申请无效，并有理由删除任何授予的认证状态。

## 评估您的申请

您的申请将由经过培训的评估员进行评估，他们本身就是 AC 认证教练。我们将尽一切努力确保您的申请不会被您认识的任何人评估。AC 教练评估员遵守行为准则，其中包括对通过评估中获得的所有信息进行保密处理。

申请是根据 AC 教练能力框架进行评估的，该框架可以在网站上找到。

本文档稍后将概述将对申请的每个部分进行评估的特定能力。您不一定需要展示该部分中的每个能力指标，但应该在您的申请中的某个地方证明它们。

我们鼓励您在申请程序的不同部分之间建立联系。评估人员将会寻找申请的一致性。



您的申请评估结果可能是以下情况之一：

- 您申请的级别及格
- 要求重新提交申请，申请的级别不变
- 获得较低级别的认证及格
- 获得较低级别的认证及格和重新提交推荐表格/报告，以达到所申请的水平
- 失败

您将收到反馈，包括优势和发展领域，以及关于申请结果的决定。

AC 尽力尽快评估您的申请。如果您的申请在各个方面都完整无缺，评估过程则不应超过 3 个月。如果缺少任何项目，则评估可能需要更长的时间。所有反馈都将以书面形式提供。

如果您在申请评估后还有其他问题，请以书面形式向认证办公室提交，电邮为 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)。这些问题将转发给您的评估员。他们没有义务做出回应，但他们会尽可能提供更多信息。

您的申请细节将保密，只有 AC 管理部门和评估小组知道。在您成功通过评估后，您的评估员不会保留您申请的任何部分。在完成评估并成功获得认证后，您的申请将由认证办公室安全存储，直到您的续期申请得到处理（或最多 4 年，以较长者为准）。我们建议您自己保留一份申请副本以备将来参考，因为这将有助于您在三年后申请认证续期时使用。

当您获得认证时，您将收到一份认证证书和相关的 AC 认证教练徽标，以便在您的网站或印刷资料中使用。

## 维持和更新您的认证

AC 认证的有效期为三年，取决于您继续成为 AC 会员资格、持续的教练督导和持续专业发展 (CPD)。

由于认证的目的是确认教练有积极的教练实践，并继续发展技能、获得经验和自我发展，因此需要在到期时进行续期。



## 进一步支持

AC 教练认证的申请人可以获得一系列支持：

- 一. 本升级申请人指南提供了有关如何完成申请表每个部分的详细指导。
- 二. AC 认证升级概述为您提供资格标准的摘要，以及申请所需的要求。
- 三. AC 申请人指南 - 工作示例文档包含了完成申请每个部分的一些典型方法。
- 四. 升级常见问题解答文档提供了您可能遇到的问题的答案。
- 五. 如果您在其他地方找不到所需的信息，您也可以向认证办公室提出问题，[individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)。



## 六. 申请表

在本节中，您将确认您的个人详细信息，以及您申请的教练认证级别。

## 七. 声明

在本节中，您确认您对 AC 全球教练、导师和道德督导守则的承诺，并签署一份声明，以确保您符合、跟进并遵守您工作所在国家/地区的所有法定/法律要求，并在教练或指导发生的背景下遵守任何组织政策/程序。

### 你需要做的事情

- 在提交申请之前，AC 成员应具有以下身份之一的会员资格：
  - AC 个人会员
  - AC 领袖教练会员
  - AC 组织会员 – 教练服务提供商、教练培训提供商或学术机构（作为主要联系人或准会员）
  - AC 企业会员（作为主要联系人或会员、领队教练或准会员）
- 仔细阅读条款和条件，并在适当的情况下填写有关您的专业赔偿保险的信息框。
- 在声明页面的末尾填写您的姓名和日期。
- 持有 AC 认证并希望升级的非会员将被要求证明他们是其他专业机构的会员，并需要填写特定的非会员声明表格。



# 1. 教练培训

在本节中，您需要概述您为建立教练知识和技能而接受的教练培训和发展活动。

教练培训被定义为您参加过的任何专注于发展您的教练技能或知识的课程。除了专门用于教练的课程外，您还可以包括具有专门针对教练的主要元素的课程，以及其他非教练元素，只要您只计算专门用于发展您的教练技能或知识的小时数，而不是整个课程的时间。

确保您只在认证申请的“教练培训”部分记录教练培训，而不是属于持续专业发展 (CPD) 的活动和事项（有关持续专业发展 CPD 的定义，请参阅本指南中的“教练 CPD”部分）。

## 你需要做的事情

- 在申请表记录表中提供您的教练专业培训记录，确保您满足以下最低要求。
- 提供所有培训证书或其他课程完成证明的扫描件，例如培训提供者的抬头信函。这些应通过电子邮件发送至 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com) \*\*

最低培训要求	小时
教练/企业教练	40
专业教练/专业企业教练	60
资深教练/资深企业教练	80

### \* 如果您尚未完成任何针对教练的培训：

我们预计大多数申请人将在教练培训机构完成被认可或认证的教练专业培训计划。此培训可以与任何教练培训机构一起进行，并且不必是 AC 认证课程亦可满足资格要求。如果您是一名经验丰富的教练，但尚未完成足够的教练专业培训小时，请说明您的背景、技能、经验和其他培训和发展如何帮助您发展 AC 教练能力。请填写一份 500 字的声明并与您的申请一起提交来说明这点。

\*\* 我们考虑到您之前已经提交了教练专业培训的支持证据，以达到您当前的认证水平。因此，我们只要求您提交额外所需培训小时数的证书/其他形式的证据。例如，如



果您申请从基础教练升级为教练，我们会考虑到您之前已经提交了 35 小时基础级别教练专业培训的支持证据。因此，我们只希望您提交支持证据，以证明教练级别所需的额外 5 小时教练专业培训的支持证据。

## 将评估的事项

将对所有教练能力进行评估，这些能力可能在培训中得到覆盖。

## 教练培训部分的有用提示

請。。。。

- 说明每次培训中涵盖哪些 AC 教练能力
- 包括您参加过的任何 NLP 培训的教练元素

請不要。。。。

- 包括任何不专门针对发展您的教练技能或知识的培训，例如 MBTI 培训和 DISC，这些培训应记录为持续专业发展 (CPD)
- 包括作为持续专业发展 CPD 而不是培训的短期学习活动
- 包括任何没有证据的教练培训。如有需要，请联系您的培训机构以确认你的出席情况
- 在持续专业发展(CPD)部分中重复计算您在教练培训部分已经包括的活动



## 2. 教练经验

本节旨在记录您积累的实践教练经验。

### 你需要做的事情

- 在提交申请之前，请确保您有足够的经验来达到您计划申请的认证级别，如下所示：

最低教练指引时数要求	小时
教练/企业教练	100
专业教练/专业企业教练	500
资深教练/资深企业教练	1500

- 注意：如果您希望从教练计划升级到企业教练计划（同一级别），请首先联系 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)。
- 使用单独的教练经验日志模板提供你的教练小时数记录。有关如何完成填写此日志的说明，请参阅附录 I。此外，请确保在教练经验日志的第一行输入您在上次认证申请中提交的总教练小时数的摘要。  
或者，提交您自己的教练经验记录表（请参阅下面的提示）
- 我们考虑到您之前已经提交了教练经验的证据，以达到您当前的认证水平。请填写日志的第 12 行，说明您之前申请中提交的小时数是 1:1 还是团队/小组指引，以及它们是企业的还是私人的。然后完成所需额外经验小时数的证据。例如，如果您申请从基础教练升级为教练，我们会考虑到您之前已经提交了至少 50 小时教练经验的证据。因此，我们只希望您提交额外教练经验小时数的证据，以达到教练级别所需的 100 小时（即 50 小时）
- 您可以包括无偿（免费）教练时间。包括团队指引和团体指引时间。有关团队和小组指引的定义，请参阅下面的其他指南
- 仅就 **企业教练计划下的申请而言，至少 75% 的教练指引时间必须涉及在组织环境中进行教练指引。**



## 将对以下内容进行评估

您需要证明您迄今为止的教练经验完全符合您申请的认证级别和类型的标准。

## 教练经验部分的有用提示

请。。。。

- 如果您已经有自己的经验记录表，请随时提交自己的经验记录表，而不是填写提供的空白 excel 记录表，只要您自己的记录表记录了 excel 记录表上要求的所有资料
- 回顾您上次的 AC 认证申请，以展示您提供的额外教练小时数
- 确保所有数据都准确汇总。否则，您的申请将被退回

请不要。。。。

- 提交您未能满足所有标准的教练经验记录表
- 在您的教练经验记录表中包括不是教练指引的一对一会话，例如，作为直线经理，就心理评估、指导、咨询或一对一会议提供反馈
- 在您的教练记录表中包括您提供教练培训课程的时数

## 其他指南

- 就企业教练认证计划而言，“企业教练”经验是指在指引对象的工作背景下进行指引的经验。这可能是他们在组织（任何规模）中的角色或自营职业的角色。例如，它可能包括绩效教练、领导力教练、职业发展教练和商业教练。它不限于高级领导或高管，任何层级的指引对象都可以包括在内。教练可以是自主委托或自筹资金，也可以是由雇主委托和/或资助的。
- 非企业教练是指在企业教练以外的任何情况下进行指引。例如，它可能包括生活教练、人际关系教练、幸福教练、儿童教练和父母教练。
- 内部教练指引可以计入记录的小时数，只要它是正式教练指引安排的一部分，而不是作为直线经理进行的指引。
- 在计算教练经验小时数时，团队和团体教练可能包括在以下标准进行计算：
  - 涉及您指引具有共同目标或学习议程的团队或小组进行指引



- 教练指引在某种程度上是针对团队或小组实现目标的能力，包括与他人合作以达到预期结果的能力
- 教练指引与培训不同：它不是促进性培训，或以教练模式的培训，或以教练为重点的培训；它涉及极少或没有指示性元素
- 团队或团体活动中的特定一对一指引可以算作个人教练指引，只要不重复算作团队或团体教练指引。
- 作为无偿服务交换的一部分提供的教练指引（例如，为换取一小时的营销咨询而提供的一小时教练指引）将计入 AC 教练认证的有偿时数。
- 向指引对象提供教练指引所需的最低付款没有明确定义。
- 仅适用于企业计划申请 - 确保您拥有所申请级别的最低小时数：

最企业教练计划申请的 最少企业教练时数要求	
企业教练	75
专业企业教练	375
资深企业教练	1125



### 3. 个人教练风格

申请程序的这一部分邀请您探索和描述是什么影响了您的教练风格，以及这如何体现在您的个人教练方法中——您工作方式的本质。

#### 你需要做

- 确定并解释您独特的教练风格
- 展示您的教练风格如何受到理论模型的启发和影响
- 在以下字数内填写您的教练方法：

提交内容	字数*
教练/企业教练	1600-2000 中文 1000 英文
专业教练/专业企业教练	2400-3000 中文 1500 英文
资深教练/资深企业教练	3200-4000 中文 2000 英文

\*+/- 10%. 请注意，任何与指定字数范围的变动，包括容差，将不被接受。您的申请将被退回以进行更正，然后再提交评估和重新提交费用。

#### 将被评估的内容

以下是本节将评估的主要能力。并非所有指标都需要在此处显示，但所有能力都需要在整个申请程序中得到充分证明。

所有能力： 1、 2、 3、 4、 6、 7、 8

企业能力\*： 11

\*只适用于企业教练计划申请



## 个人教练方法部分的有用提示

请。。。。

- 展示你对理论模型的使用，以及你如何在获得教练经验后将它们纳入和调整到你的教练实践中
- 描述你如何从头到尾进行教练指引
- 确保你的描述反映了你在实践中的指引方式

请不要。。。。

- 只是复制一个标准的教练模型，而不描述它如何反映在你的整体实践中

## 其他指南

以下是在寻找您想要描述的教练指引方法的特点时要考虑的问题：

### 目的

- 你为什么从事教练工作？（例如变革、绩效、领导力发展等）
- 你进行教练指引背后的意图是什么？
- 支撑你的教练方法的关键假设是什么？
- 你对教练的热情是什么？
- 你在教练工作中的优势是什么？
- 在你的教练生涯中，最重要的事情是什么？
- 您对您的教练指引投入了什么？
- 你的教练的输出/结果是什么？
- 这些将取得哪些成就和量度措施？

### 透视

- 哪些观点支撑着你的成为教练的目的？
- 你对教练的定义是什么？
- 你在哪里进行教练指引？
- 你的价值观和信念是什么？



- 什么模型和理论支撑着您的教练目的？
- 有什么证据支持它？你怎么知道它有效？
- 哪些科学和艺术影响了你的教练工作？
- 你的教练工作的界限和限制是什么？谁来决定它们？这些界限和限制始终保持一致吗？

## 工艺和工具/技术

- 你使用的现有模型反映了你对教练指引的看法吗？
- 您可以提前确定教练指引的典型阶段/部分是什么？
- 您如何选择与客户一起使用干预措施？
- 你如何选择教练指引的下一步工作？
- 您的工具和技术属于哪个派别/哲学/方法？



## 4. 教练指引案例分析

在申请的这一部分中，您将描述您如何与客户合作，概述教练指引的背景、您从头到尾的教练指引流程，以及您从这项工作中的反思和学习。

### 你需要做

- 识别并反思一段时间内与一位客户进行的具体教练指引项目
- 请您的客户允许将其教练指引提交作为分析的案例
- 客户工作可以是您与客户合作的整个时间，也可以是你们在一个目标/一组目标上一起工作的特定时间段，只要你能证明工作的开始、中间和结束，例如，如果你已经与客户合作多年，并且您在这段时间内每年重新签订合同以满足一组特定目标，您可能希望选择最近合同年度的开始和结束。
- 要清楚的显示，你的案例研究说明了你的个人教练方法的实际应用
- 确保案例研究描述了教练的开始、中间和结束;教练的类型;建立了哪些结果;你如何推动客户走向结果，以及对教练的评估
- 删除所有客户和组织标识符并更改名称
- 在以下字数内填写您的案例分析：

提交内容	字数*
教练/企业教练	1600-2000 中文 1000 英文
专业教练/专业企业教练	2400-3000 中文 1500 英文
资深教练/资深企业教练	3200-4000 中文 2000 英文

\*+/- 10%.请注意，任何与指定字数范围的变动，包括容差，将不被接受。您的申请将被退回以进行更正，然后再提交评估和重新提交费用。



## 将被评估的内容

以下是本节将评估的主要能力。并非所有指标都需要在此处显示，但所有能力都需要在整个申请程序中得到充分证明。

所有能力：1、2、3、4、6、7、8

企业能力\*：10，11，12

\*只适用于企业教练计划申请

## 教练案例分析部分的有用提示

请。。。

- 专注于将你的学习从一件作品中转化出来，而不是试图提交你的“最佳”作品
- 思考你的案例分析如何反映你的个人教练风格
- 以论文格式写作
- 如果您想获得有关反思性实践的进一步指导，请参阅附录 II
- 更改客户名称和标识详细信息
- **对于企业教练申请：**展示你对组织系统的理解，以及它对你、你的客户和你的教练工作的影响。证明您与领导者的合作以及您与组织合作的合作方式的证据

请不要。。。

- 仅使用一个会话的案例分析
- 包括电子邮件等证明文件

## 其他指南

以下是您在撰写案例分析时可能希望考虑的主题列表，您甚至可以将其中一些用作标题，尽管没有这个要求：：

- 客户
- 教练背景的简要描述
- 引荐人



- 存在的问题
- 与客户会面/交谈的初步印象，例如您对客户的注意;使用的词语，你的想法和感受等。
- 评估/诊断 – 工作和结果
- 初始教练工作合同/协议，包括行动计划和（对于企业申请）三方（或更多）合同安排（如适用）
- 教练指引过程
- 工作是如何展开的，包括高潮和低谷、卡点、督导的使用、反应能力、自我反省和道德思考的证据
- 结束
- 结论思想、过程和结束或后续步骤的问题
- 从这个客户的工作中反思和学习



## 5. 教练标准与道德守则

申请程序的这一部分允许您证明您能够在实践中有效地处理教练中的道德困境。

### 你需要做

- 制定并提交一份简短的书面回复，以解答您在向 AC 会员资格和认证团队注册申请时，他们通过电子邮件发送给您的道德困境的简短书面回复，电邮为 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)。回应没有指定的字数要求。
- 对于资深教练/资深企业教练，您还需要提供一份简短的书面描述，说明您作为教练面临的道德困境、您如何处理它以及结果如何。

提交内容	道德困境 问与答	道德困境 描述
教练/企业教练	1	不适用
专业教练/专业企业教练	1	不适用
资深教练/资深企业教练	1	1

### 将被评估的内容

在本部分将对第一项能力进行评估。

### 教练标准和道德部分的有用提示

请。。。。

- 将问题包含在您对从认证办公室收到的道德困境的回应中
- 展示您对 AC 教练，导师和督导道德守则在实践中应如何应用的理解

请不要。。。。

- 向其他教练披露您遇到的问题，以保持认证过程的完整性和公平性



## 6. 教练资格的锻炼

申请程序的这一部分允许您展示和反思您与典型客户的指引工作。展示了您在实践中的工作方式，以及你作为教练的反思、学习和发展。

### 你需要做

- 请求您的客户允许为您的认证申请一起提交您的会议录音作为您认证申请的一部分
- 为了让我们存取您的链接中的.MP3 或 .mp4 格式 30-40 分钟录音的音频文件，您首先需要将文件上传到第三方服务。上传后，您需要单击它创建的超链接。

复制然后将此超链接粘贴到标有“在此处输入您的文件超链接”的框中

- 这些第三方服务的示例包括：
  - [dropbox.com](https://dropbox.com)
  - [yousendit.com](https://yousendit.com)
  - [wetransfer.com](https://wetransfer.com)
  - [sendthisfile.com](https://sendthisfile.com)
  - [transferbigfiles.com](https://transferbigfiles.com)
  - [mailbigfile.com](https://mailbigfile.com)
  - [box.com](https://box.com)
- 在申请表中附上录音的逐字文字书面记录
- 写一个简短的描述，说明教练指引的背景（描述客户关系和组织，如果相关）、关系的持续时间、教练指引之前发生的事情，以及录制之前发生的事情、之后发生的事情等。不超过 500 字。请注意：此字数是批判性反思所需的字数之外计算的。
- 删除客户和组织标识符（仅使用客户名字）
- 反思你在本次教练指引中的实践和学习
- 在所示字数中包括您的批判性反思：



提交内容	字数*
教练/企业教练	1600-2000 中文/ 1000 英文(不包括上下文)
专业教练/专业企业教练	2400-3000 中文/ 1500 英文(不包括上下文)
资深教练/资深企业教练	3200-4000 中文/ 2000 英文(不包括上下文)

\*+/- 10%.请注意，任何与指定字数范围的变动，包括容差，将不被接受。您的申请将被退回以进行更正，然后再提交评估和重新提交费用。

## 将被评估的内容

以下是本节将评估的主要能力。并非所有指标都需要在此处显示，但所有能力都需要在整个应用程序中得到充分证明。

所有能力：1、2、3、4、5、6、7、8

企业能力\*：10，11

\*只适用于企业教练计划申请

此部分是申请程序中非常重要的部分。你对你选择提交的简短教练的批判性反思，对于评估这一部分与录制的教练指引本身一样重要。我们认识到，您提交的作品可能不是您最好的作品，重要的是您在反思中概述您认为自己做得好的地方，以及事后您可能会选择以不同的方式做什么，以及如何做。您还将接受评估，以评估您的录音和/或批判性反思在实践中展示您的教练指引方法的程度。

## 教练资格的锻炼部分的有用提示

请。。。。

- 选择一个能代表你典型教练实践的客户。对于企业教练申请，请确保选择企业客户/问题
- 在征得客户同意的情况下，选择进行 30-40 分钟的教练指引环节，只要您认为您可以通过这种方式展示足够的能力。或者从较长的会话中选择 30-40 分钟，确保您的上下文陈述让评估者清楚地了解这 30-40 分钟之前和之后会发生什么



- 确保在申请之日起 **18 个月内**提供教练指引会议
- 使用在线媒体或 Skype 录制面对面或电话教练指引会议
- 确保录制内容是 **.MP3 或 .mp4** 格式，声音质量合理，环境噪音最小，使您和您的指引对象都能清晰可听
- 确保您提交的录音书面记录是**逐字逐句**的。如果您想要提供音频转录服务的人员列表，请联系 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)
- 确保您展示一些核心教练能力，例如建立融洽关系、倾听、提问、反思等
- 评估您录制的指引会议如何与您的个人教练风格保持一致
- 描述你在这段指引会议中的经历，包括你在反思时会做的任何不同的事情，以及为什么
- 如果您愿意，请用反思性评论注释您的录音记录。（请注意，此处使用的单词不计入您的批判性反思的字数）
- 如果您想获得有关反思性实践的进一步指导，请查看附录 A
- 将客户标识符保持在最低限度（仅使用名字, 不用姓氏），并以宽泛且不具体提及名称的方式描述组织（如果相关）

请不要。。。。

- 提交教练会议的视频记录
- 尝试展示你所有的教练技能和风格，或者一个“完美”的教练
- 尝试强迫会议展示完整的教练能力，这不支持客户的议程和目标
- 提交超过 40 分钟的录音 - 评估员将在 40 分钟的截止点停止收听
- 指引与您关系密切的人，而不是典型的客户



## 7. 教练客户推荐表格

申请程序的这一部分旨在从客户的角度衡量您的教练指引的有效性。

### 你需要做

- 要求客户填写推荐表格。向他/她发送一份升级客户推荐表格，并附上您的姓名以及您申请的计划和级别的详细信息。
- 请您的客户将完成的表格以 PDF 格式通过电子邮件发送给您。
- 提交申请时，请附上完整的推荐表格。
- 您应该提交的推荐表格数量如下：

要提交的推荐表格	数量
教练/企业教练	1
专业教练/专业企业教练	2
资深教练/资深企业教练	3

**注意：** AC 保留与客户联系以确认内容真实性的权利。

### 将被评估的内容

所有能力都将在本节中进行评估。

### “教练客户推荐表格”部分的有用提示：

请。。。。

- 要求客户提供以下参考资料：
  - 是您实践的典型代表
  - 被你多次指引
  - 您在过去 18 个月内进行过指引
  - 理想情况下，与您已经有一段时间的教练关系
- 向您的客户明确您申请的是哪种计划（教练或企业教练计划），以及客户推荐表格的哪些部分（分别为第 1-9 节/第 1-12 节）



- 如果您申请的是企业教练计划，请选择能够完成所有第 1-12 部分的客户。如果您的客户未填写第 10-12 节中的任何问题，请提交一份不超过 500 字的单独声明，解释您如何满足省略的能力指标。能力指标的描述可以在教练能力框架中找到。



## 8. 教练督导

在本节中，您将展示您致力于继续发展您的教练技能和实践，以造福您的客户。

### 你需要做

这些要求同样适用于内部和外部教练。

**确保您可以通过参与以下一项或多项来满足以下督导要求：**

- 一对一的教练督导
- 一对一同伴教练督导
- 团体教练督导
- 同伴小组教练督导

有关同伴和小组督导的定义，请参阅下面的其他指南。

**而且：**

- 您已经进行了您申请的认证级别所需的最低督导时数
- 您已按照您申请的认证级别的最低督导时数与教练小时数比例进行了督导
- 您的督导已经进行了多次会议，间隔定期
- 您已经与一名教练督导或督导小组一起进行了督导，最短时间符合您申请的认证级别\*
- 您的教练督导符合所需的资格条件（请参阅下面的其他指南）

\*在极少数情况下，我们认识到您可能不得不在规定的时间内与多个教练督导合作。如果是这种情况，您可以提交多份督导的报告以涵盖该时间段，如果是这种情况，请填写一份不超过 500 字的陈述并将其与您的申请一起提交，以解释您的原因。



	教练/ 企业教练	专业教练/ 专业企业教练	资深教练/ 资深企业教练
最低比例	1: 15**	1: 30**	1: 40**
教练督导时间: 需要教练时间 最低督导数量	6 次督导会议	6 次督导会议	6 次督导会议
如何积累	在多个会话中, 间隔定期		
一位始终如一的 督导	至少 12 个月	至少 12 个月	至少 12 个月

**\*预计此最短期限将持续到申请之日, 并且您在申请时目前将受到督导**

- 督导小时必须与前几个月均匀间隔
- 在教练督导报告中填写您的姓名和您申请的计划的详细信息
- 在《教练督导报告》中填写教练记录, 涵盖督导所需的时间。
- 在教练督导报告中完成 教练学习记录。仔细考虑你通过你的督导学到了什么, 你围绕这种能力所追求的任何进一步发展, 以及你如何在实践中应用所学的知识。确保在日志中阐明这一点。
- 请您的教练督导填写他们的教练督导报告的要素, 并将完成的报告以 PDF 格式通过电子邮件发送给您。
- 如果您有不止一位教练督导, 请要求每位督导填写一份单独的教练督导报告, 并且只包括您对他/她进行的督导以及您获得的相关知识的详细信息。然后提交所有教练督导报告作为您的认证申请的一部分。

有关您的教练督导需要哪些资格或更多信息, 请阅读下面的其他指南。

**对于内部教练:** 如果您的督导不完全符合要求, 请提出理由 (在 300-500 字的陈述中) 以考虑您的个人情况。案件将逐一审查, 并要求提供对督导的坚定承诺的证据。还需要一份完整的 AC 教练学习记录, 详细说明督导发生的日期以及您对学习和应用的反思。



## 将被评估的内容

所有能力都可以通过督导来发展。评估将考虑您在自己的发展计划背景下的学习和成长，并以 AC 教练能力为背景。

## 教练督导部分的有用提示

请。。。

- 申请时正在接受督导。
- 确保您的督导符合 AC 教练督导指南。
- 确保您的教练督导符合 AC 认证的要求（请参阅下面的其他指南）。
- 确保您的教练督导熟悉 AC 全球教练和导师道德守则、AC 能力框架和 AC 教练督导指南。
- 确保您的教练督导已准备好帮助您完成教练督导报告并提供参考。
- 确保如果包括小组督导，则符合小组督导的定义，并且仅记录允许的时间（请参阅下面的其他指南）。

请不要。。。

- 在短时间内进行过多督导，以达到督导标准。督导应与教练时间相适应
- 在您的督导报告中包括参加 AC 小组督导体验电话会议的情况。然而，这些可以计入你的持续专业发展 (CPD)（第 10 条）。

## 其他指南

为了满足 AC 认证的要求，您的督导必须：

- 一. 至少是一个适当的专业机构的成员，例如 AC、AOCS、APECS、BABCP、BACP、BPS、BCP、CIPD、EIC、EMCC、IAC、ICF、SGCP、UKCP 或 WABC。
- 二. 接受过一些教练培训。



三.管理督导/被督导者关系的界限，与您可能拥有的任何双重关系有关，例如作为同事、业务合作伙伴或经理。

四.至少满足以下两项：

- 有至少三年的教练经验
- 有至少两年的督导经验
- 接受过督导培训
- 是相关专业团体成员的商业/领导力顾问
- 获得专业机构的认证，至少具备以下一项：教练、督导、心理学家、辅导员、心理治疗师。

五.熟悉：

- AC 全球教练、导师和督导道德守则
- AC 教练能力框架

## 集团守则：

除了一对一的督导外，您还可以选择与几位教练一起与教练督导一起进行小组督导安排。在这种安排中，教练督导对小组负责并领导小组，确保每个教练都得到有效的督导。

在小组督导中，您可以记录为督导的允许时间如下：您积极展示和接受有关您的教练工作的反馈的时间，以及您积极倾听并向其他被督导者提供反馈的时间。

## 同伴督导/同伴小组督导：

成为教练督导的 AC 标准使您可以灵活地选择是与专业担任督导的人合作还是与同伴督导合作。您还可以选择同时与两种类型的督导、专业人士和同伴合作。

专业督导员是以下一项或多项：受过培训、具备资质、经验丰富和/或获得督导认可。同行督导员不是专业督导员，但具有您认为对您的督导很重要的特定经验或知识。*例如*，你可以选择一位同伴督导员，因为他或她在组织环境中具有丰富的经验，你认为这对发展你作为企业教练的能力特别有帮助。或者是心理学家或心理治疗师的人，你认为他的经验和知识会帮助你发展你的教练方法。（当然，许多专业督导在组织环境中也有丰富的经验，或者作为心理学家或心理治疗师。



如果您选择与同伴督导合作，他们必须满足成为 AC 督导的标准。此外，请确保你们都相信他或她如 AC 教练督导指南中所述，可以为您提供有效的督导。同伴督导可以是一对一的，也可以是小组的，即您与其他几位教练一起工作，在课程中相互督导。它可以是面对面的和/或通过电话/视频会议，如 Skype。

在同伴小组督导中，您可以记录为督导的允许时间如下：您积极展示和接受有关您的教练工作并接受反馈的时间，以及您积极倾听并向其他被督导者反馈他们的教练工作的时间。



## 9. 教练持续专业发展 CPD

在本节中，您将展示您对不断深化您的教练知识以及您作为教练的个人和专业发展的承诺。

### 你需要做

- 确保您满足以下持续专业发展 (CPD) 要求
- 提供两份 *持续专业发展(CPD) 证书* 的扫描件或其他参加活动的证据，例如电子邮件确认、所写文章的副本等，并将您提交的其余部分发送给 [individual@associationforcoaching.com](mailto:individual@associationforcoaching.com)。

每年持续专业发展(CPD)所需时数	小时
教练/企业教练	30
专业教练/专业企业教练	35
资深教练/资深企业教练	40

- 在申请表中填写过去 12 个月的持续专业发展 (CPD) 记录，包括填写“对持续专业发展(CPD) 活动的反思和获得的学习”栏目”。
- **注：AC** 保留每年随机抽查一定比例的申请的权利，要求申请人提供所进行的持续专业发展(CPD)活动的证据。请确保在被要求时只声明您可以证明的内容。

### 将被评估的内容

评估将考虑你对持续专业发展的承诺，以及你对过去 12 个月的学习经历的批判性反思。



## 教练持续专业发展(CPD) 部分的有用提示

请。。。

- 在“持续专业发展(CPD)活动描述”栏目中提供您参加的持续专业发展 (CPD)的详细信息（有关持续专业发展(CPD)的类型，请参阅下面的其他指南）
- 将每项活动所花费的时间分配给“面向输入”或“面向输出的持续专业发展 (CPD)”列（请参阅下面的其他指南）
- 概述您从持续专业发展 (CPD) 中学到的反思和学习成果
- 确保您的两份持续专业发展 (CPD) 证书或其他持续专业发展 (CPD) 活动证明上有您的姓名和活动日期
- 确保每年的持续专业发展 (CPD)中阅读的部分不超过 50%

## 其他指南

- 持续专业发展(CPD) 是您参与的任何类型的活动，重点是发展您的教练实践。除了那些专门针对发展您的教练技能或知识的活动外，它还可以包括商业技能课程/指导等活动，帮助您更好地管理或推广您的教练服务、MBTI 和 DISC 等心理测量分析培训、阅读与您教练的工作环境相关的期刊、参加会议等。
- 专门针对发展您的教练技能或知识的活动必须至少占您每年所需持续专业发展 (CPD) 小时的 50%。我们认识到，您累积的持续专业发展 (CPD) 小时数可能超过了所需的小时数——在这种情况下，50% 适用于您申请的认证级别所需的持续专业发展 (CPD) 小时数，而不是您当年的实际小时数。

例如，如果您申请的认证级别每年需要 35 小时的持续专业发展 (CPD)，您将需要证明每年其中 17.5 小时专门用于发展您的教练技能或知识。如果您进行了超过 35 小时的持续专业发展 (CPD)，您只需要证明 17.5 小时专门用于发展您的教练技能或知识。

- 以下是您可能希望在持续专业发展 (CPD) 中包括的活动类型列表，尽管该列表并非详尽无遗：



## 以投入为导向的活动

- 您作为参与者参加过的课程或研讨会
- 您作为参与者参加的研讨会、讲座和会议
- 学习进一步的资格（与教练相关），例如文凭、硕士等。
- 阅读书籍、期刊、在线杂志、时事通讯
- 在线讨论论坛，例如您参与或关注的 AC LinkedIn 讨论
- 您参加过的 AC 小组督导体验电话会议

## 注重产出的活动

- 通过设计、开发或提供培训、工作坊、研讨会、持续专业发展活动等来发展他人。
- 在会议上发表演讲，讲课
- 撰写书籍、文章、论文、书评等。
- 领先的在线论坛，例如 AC LinkedIn 讨论
- 发表研究成果
- 参与 AC 志愿工作

预计申请者将同时开展以投入为导向和以产出为导向的持续专业发展(CPD)活动组合。

- 在反思您的持续专业发展(CPD)活动时，考虑以下问题可能会有所帮助：
  - 你为什么选择这个持续专业发展(CPD)活动？
  - 你从中学到了什么？
  - 作为这次学习的结果，你已经做了什么/你打算做什么？

建议你每年保存一次持续专业发展(CPD)记录。



# 附录一 在教练经验日志中使用 Excel 表格

## 如何使用教练经验记录表

在记录您的教练经验小时数时，您可以使用我们提供的单独的教练经验记录表，这是一个 Excel 电子表格，它将自动为您计算总数。

- 为确保正确计算总数，请确保同时完成“时数”。按“教练类型划分的小时数”和按“客户类型划分的小时数”列。
  - 算作“企业”教练的经验是在受指引者的工作背景下进行的教练。这可能是他们在组织（任何规模）中的角色或自营职业的角色。例如，它可能包括绩效教练、领导力教练、职业发展教练和商业教练。它不限于高级领导或高管，任何级别的受指引者都可以包括在内。教练可以是自我委托或自筹资金，也可以由雇主委托和/或资助。
  - 算作“非企业”教练的经验是指在企业教练以外的任何情况下进行教练的经验。例如，它可能包括生活教练、人际关系教练、幸福教练、儿童教练和父母教练。
- 如果您要包括任何团队或团体教练，请将其记录在“团队/小组”列和“指引对象姓名”列中填写 **多个**，而不是受指引者首字母缩写。

以下是四个示例：

Dates From – To (Month/Year)	Coachee Name (Initials Only)	Organisation Name (if applicable)	No. Hours by Type of Coaching		No. Hours by Type of Client		Total Coaching Hours
			1:1	Team / Group	Executive	Non-Executive	
January - July 2017	JC	Company A	12		12		12
January - July 2017	FB		12		12		12
January - July 2017	BT		10			10	10
August - September	Multiple	Company B		8	8		8
							0
							0
							0
		<b>Subtotal Hours</b>	<b>34</b>	<b>8</b>	<b>32</b>	<b>10</b>	<b>42</b>
		<b>% of total</b>	<b>80.95</b>	<b>19.05</b>	<b>76</b>	<b>24</b>	

- 在 2017 年 1 月至 7 月期间，您进行了 12 次一对一的企业教练会议，每次持续一个小时，与一位名叫 Jane Connors 的指引对象进行。这些会议用于绩效指引，由 A 公司资助。



- 在 2017 年 1 月至 7 月期间，您进行了 12 次一对一的企业教练会议，每次持续一个小时，由一位名叫 Felicity Baker 的指引对象进行。这些会议用于职业发展指引，由指引对象自费。
- 在 2017 年 1 月至 7 月期间，您进行了 10 次一对一的私人指引会议，每次持续一个小时，由一位名叫 Ben Turner 的指引对象进行。这些会议是用于生活指引的，由指引对象自费。
- 在 2017 年 8 月和 9 月，您进行了两次团队/团体企业教练会议，每次持续 4 小时，有 6 名指引对象。这些会议是用于领导力指引的，由 B 公司资助。



## 附录二：反思性实践

Carroll 和 Gilbert (2005) 将反思称为在退出教练工作后获得新的，也许是不同的视角。让教练退后一步，质疑和寻找的往往是一种不适感，这种不适感源于（教练）经验，并开始认识到他们对情况的正常反应不足（Atkins 和 Murphy, 1993）。

反思通常被认为存在于不同的层次上，暗示着从更表面的描述性层面到更深层次的批判性反思的秩序或层次结构。

哈顿和史密斯的作品（以下）已经成为一个著名的框架，用来描述不同层次的反思活动，你可以用它来发展你的写作，使其更具反思性。

**Hatton 和 Smith (1995) 的不同层次的反思活动框架，由 Moon (2006) 改编**

**一. 描述性写作：** 不被认为显示反思证据的写作：它是一种描述，除了描述之外没有讨论。

### 示例教练反思

- 指引对象实现了她的目标
- 教练对会议很满意

**二. 描述性反思：** 描述事件。接受其他观点的可能性，但大多数反思都是从一个角度进行的。

### 教练反思示例

- 指引对象实现了她的目标。指引对象看起来很开心。我想知道指引对象到底有多满意。我该如何找到？赞助者的观点可能是什么？
- 我对会议很满意。我想知道这对客户来说是否相同？

**三. 对话反思：** 从事件和行动中“退后一步”，导致不同层次的沉思。与自我的对话，探索事件和行动的过程。认识到对于同一材料或事件可能存在不同的判断质量和替代解释。这种反思是分析性的或综合性的，但可能会发现不一致。



## 教练反思示例（关于什么会让过程变得更好.....

- 可以省略对客户的具体反映（我听到的是..... ”），并解释我所听到的本质——这将有助于使会议更加流畅。客户以什么速度体验会话，这是否有帮助（从客户的角度来看）？
- 注意到过度使用问题“是它还是.....？”来核实理解。想知道为什么我需要了解？我理解谁？如果我不这样做怎么办？想知道这是否使客户的选择两极分化，只有两种可能的选择（一种或另一种），以及如何创造更多可能性的考虑？
- 反复使用“好的”这个词——这是承认还是口头习惯？需要自我检查以确保我不会过度使用。

