



2019-20

موسسه کوچینگ و راهبری "رای مانا"

www.rai-mana.com

کوچینگ چیست

و

چرا گواهینامه بین المللی کوچینگ رای مانا؟



فهرست عناوین

۲	فهرست عناوین
۳	موسسه کوچینگ و راهبری "رای مانا"
۳	ماموریت رای مانا
۳	موسسین رای مانا و اعضای هیئت علمی موسسه
۴	کوچینگ چیست؟
۴	فواید و سودمندی های کوچینگ
۴	الف) برای فرد
۵	۲. سودمندی های کوچینگ در سطح سازمان
۶	۳. فایده کوچینگ برای تیم یا دپارتمان ها
۷	برنامه های بین المللی گواهینامه کوچینگ انتخاب رای مانا
۹	برنامه کوچینگ ما چه فایده ای برای شما دارد؟
۹	آینده شغلی - حرفه ای
۱۲	هدف برنامه گواهینامه بین المللی کوچینگ انتخاب رای مانا
۱۳	کاربست های گواهینامه بین المللی کوچینگ انتخاب رای مانا
۱۴	چرا گواهینامه بین المللی کوچینگ انتخاب رای مانا!
۱۵	خلاصه: با شرکت در برنامه گواهینامه بین المللی کوچینگ انتخاب رای مانا قادر خواهید بود:
۱۶	استانداردهای بین المللی این برنامه

موسسه کوچینگ و راهبری "رای مانا"

موسسه "رای مانا"، نتیجه بیش از دو دهه تجربه ما در زمینه طراحی، محلی کردن و اجرای دوره های کوچینگ و شایستگی محور در حوزه راهبری است. آموزش های ما بر کوچینگ و مدیریت راهبرانه (خود، دیگران و سازمان) تمرکز دارد.

ماموریت رای مانا

آموزش همگان برای دستیابی به یک زندگی خوب، خوش و مسئولانه.

موسسین رای مانا و اعضای هیئت علمی موسسه

دکتر علی صاحبی، دارای مدرک دکترای روان شناسی بالینی و کوچ بین المللی است. ایشان مربی ارشد موسسه بین المللی ویلیام گلسر (موسسه آموزش تئوری انتخاب، واقعیت درمانی و مدیریت راهبرانه) و بنیانگذار شعبه موسسه ویلیام گلسر در ایران می باشد. دکتر صاحبی ۵۳ کتاب ترجمه و تالیف نموده که از جمله آنان تمامی آثار دکتر گلسر در حوزه تئوری انتخاب است. دکتر علی صاحبی مدیر هیئت علمی موسسه است.

"امیر پهلونژاد دارای مدرک کارشناسی ارشد مشاوره و کوچ بین المللی است. ایشان عضو هیئت علمی موسسه بین المللی ویلیام گلسر (موسسه آموزش تئوری انتخاب، واقعیت درمانی و مدیریت راهبرانه) است. امیر پهلونژاد دارای سابقه طولانی در مدیریت اجرایی است و در طی دو دهه گذشته به بنگاه های اقتصادی بنام ایرانی و بین المللی در حوزه مدیریت منابع انسانی مشاوره و به مدیران آموزش داده است. امیر پهلونژاد عضو هیئت علمی موسسه است.

کارکردهای اصلی هیئت علمی موسسه، ایده پردازی، طراحی، تدوین و بهبود برنامه های آموزشی موسسه و نظارت بر عملکرد مربیان موسسه است.

کوچینگ چیست؟

کوچینگ یک قلمرو در حال شکوفایی است که افراد شاغل در حرفه ها و شاخه های مختلف علمی در آن فعالیت می کنند. زمینه های شغلی، حرفه ای و علمی دخیل در کوچینگ عبارتند از کسب و کار یا تجارت، منابع انسانی (H.R) و توسعه سازمانی (OD)، ورزش، آموزش و پرورش و فلسفه و در کنار آنها شاخه هایی از روان شناسی مانند مشاوره و راهنمایی، روانشناسی صنعتی-سازمانی، روانشناسی بالینی، روانشناسی سلامت و روانشناسی اجتماعی. حضور افراد با تخصص های مختلف و زمینه های علمی — دانشی، سابقه، تجربه و چشم اندازهای متنوع و گوناگون حرفه کوچینگ را پر بار و رو به رشد کرده است.

فواید و سودمندی های کوچینگ

الف) برای فرد

- افزایش بازدهی و عملکرد شخصی
- بهبود یادگیری و افزایش دانش و آگاهی
- آزاد سازی نیروها و توانمندی های بالقوه
- بهبود روابط با عزیزان و اطرافیان
- بهبود و افزایش کیفیت زندگی
- زمان بیشتر برای خود
- ایده ها و اندیشه های خلاق و نوی بیشتر
- استفاده بهتر از مهارتها، افراد و منابع
- به هنگام بحران و ضرورت، پاسخ های مؤثرتر و سریعتر
- انعطاف پذیری بیشتر و تاب آوری بالاتر
- سازگاری بهتر با تغییرات خواسته و ناخواسته
- انگیزه و هدفمندی بیشتر
- مهارت های زندگی گسترده تر
- شناخت بهتر از خود، توانمندی ها، چشم انداز به زندگی و رسالت شخصی خود
- به حداکثر رساندن توانمندی های فردی خود

- غلبه بر موانع و چالش های شخصی / درونی
- به دست آوردن شایستگی و مهارت های جدید برای داشتن اثربخشی بهتر
- آمادگی بیشتر برای نقش ها/ وظایف و چالش های جدید
- بهبود در مدیریت خود (مدیریت زمان، مدیریت احساسات و هیجانات)
- روشن سازی اهداف و اقدام عملی برای دستیابی به آنها (یاد گرفتن هدف گزینی علمی)
- افزایش انگیزه و رضایت شغلی

RaiMana

۲. سودمندی های کوچینگ در سطح سازمان

وقتی در سازمان کارکنان توسط مدیران و راهبران خود و یا یک کوچ از بیرون تحت سرپرستی و هدایت قرار می گیرند سودمندی های زیادی برای سازمان دارد که برخی از آنها از این قرارند:

۱. غلبه بر مشکلات اجرایی و عملکرد وقت گیر و پر هزینه در سازمان.
۲. تقویت مهارت های کارکنان به گونه ای که مدیر می تواند کارهای بیشتری را به آنها واگذار کند و خودش به سایر کارهای مدیریتی مانند طرح و برنامه ریزی (توسعه کارکنان و کسب و کار) بپردازد.
۳. افزایش تولید و بازدهی از طریق کمک به کارکنان تا هوشیارتر و هوشمندتر و کارآمدتر کار کنند.
۴. بهبود میزان ماندگاری کارکنان خوب در سازمان. وقتی کارکنان احساس می کنند که مدیران آنها برای کمک به بهبود مهارت های آنها وقت و انرژی صرف می کنند، میزان وفاداری سازمانی بیشتر شده و با انگیزه تر در سازمان کار می کنند.
۵. از آنجایی که هزینه آموزش کوچینگ در بلندمدت بسیار کمتر از آموزش های جسسته و گریخته است، با کوچینگ از منابع سازمان استفاده بهینه تری به عمل می آید.
۶. زمانی که کارکنان توسط مدیر و سرپرست خود هدایت و کوچ می شوند، آنها:

- مهارت ها و دانش ارزشمندی را کسب می کنند که می توانند در کارشان از آن استفاده کنند و بازدهی بهتری به همراه خواهند داشت.
- احساس می کنند که توسط سازمان و مدیر مورد حمایت قرار می گیرند و از این رو احساس دلگرمی و تشویق می کنند.
- احساس افتخار و رضایتمندی شغلی را تجربه خواهند کرد که باعث می شود وقتی در کار خود با چالش روبرو می شوند، تمام توانمندی های را برای غلبه بر آن به کار گیرند.
- تسهیل دانش و مهارت افزایشی هدفمند و کارآمد کارکنان.

- کمک به تیم سازی و تقویت کار تیمی.
- رفع مشکلات رابطه ای که معمولاً در سازمانها باعث افت عملکرد می شود و هزینه زیادی به سازمان تحمیل می کند و وقت و انرژی زیادی را از مدیران و سرپرستان می گیرد.

۳. فایده کوچینگ برای تیم یا دپارتمان ها

- بهبود بخشیدن به رابطه مدیر و کارکنان، مدیر و مدیران ارشد و کارکنان با یکدیگر
- ایجاد تیم های کارآمد و بهره ور و تقویت کارآمدی و بهره وری در سیستم
- استفاده مؤثر و اثربخش تر از منابع سازمانی



برنامه های بین المللی گواهینامه کوچینگ انتخاب رای مانا

برنامه های بین المللی کوچینگ ما با همکاری موسسه Academy of Choice آمریکا برگزار می شود.

خانم کیم اولور (Kim Olver) مربی ارشد موسسه ویلیام گلسر و مدیر اجرایی آموزش های بین المللی موسسه ویلیام گلسر، صاحب امتیاز و موسس Academy of Choice است.

آقای دکتر علی صاحبی، مدیر علمی این برنامه و آقای امیر پهلونژاد، مدیر اجرایی این برنامه در موسسه رای مانا هستند.

رای مانا نماینده رسمی برنامه کوچینگ موسسه Academy of Choice آمریکا در ایران است و این برنامه را به صورت انحصاری در ایران اجرا می کند. این برنامه ها به شرح زیر است:

۱- گواهینامه بین المللی پایه کوچینگ (۶ ماه)

۲- گواهینامه بین المللی کوچینگ سازمانی (۹ ماه)

۳- گواهینامه بین المللی حرفه ای کوچینگ-سطح میانی (۱۲ ماه)

۴- گواهینامه بین المللی حرفه ای کوچینگ-سطح پیشرفته (جدید)

تمام محتوای این برنامه کوچینگ که توسط تیمی مجرب از کوچهای آموزش دیده و با صلاحیت ارائه می شود. با سرفصل های فدراسیون جهانی کوچینگ (ICF) در این برنامه گنجانده شده است.

در این برنامه کوچینگ، تمام یادگیری ها تعاملی و فعال اند. شما ضمن آموختن مبانی نظری و زیربنای رفتاری، انگیزه، تصمیم گیری و اقدامات عملی کسانی که می خواهید هدایت شان کنید، تمرین های عملی زیادی انجام خواهید داد تا در دو قلمرو دانش نظری و مهارت عملی کاملا کارآموده شوید. برنامه کوچینگ انتخاب به سرپرستان، مدیران و رهبران سازمان ها، فرایندی قدرتمند و ابزاری حمایتی هدیه می دهد تا با کارکنان خود گفتگویی موثر داشته باشند و ظرفیت های نهفته تیم خود را آزاد کنند و نتایج مورد نیاز خود را بلافاصله و با صرف کمترین زمان و انرژی کسب کنند.

دوره گواهینامه بین المللی کوچینگ انتخاب رای مانا فرصتی برای شما فراهم میکند تا بتوانید با افراد مؤثر، موفق، صاحب صلاحیت و مجرب مراوده داشته و از آنها بیاموزید. اتمام موفقیت آمیز این دوره همچنین به شما کمک می کند تا وارد یک حرفه در حال رشد و پیشرفت سریع شوید، حرفه ای که هدف اصلی اش کمک به کیفیت زندگی افراد است. در این دوره دروس و مفاهیم زیر را خواهید گذراند.

- آشنایی با رشته کوچینگ زندگی.
- تفاوت و شباهت کوچینگ با منتورینگ و مشاوره.
- آشنایی با رفتار: افراد چرا و چگونه رفتار می کنند؟
- روش شناسایی خواسته ها، نیازها و ادراکات افراد.
- آشنایی با انواع سبک های زندگی.
- فرایند کوچینگ.
- مهارتهای کوچینگ.
- شناسایی توانمندی های افراد.
- شناسایی ارزش های افراد.
- شیوه های کشف مأموریت یا رسالت شخصی خود در زندگی.
- شیوه های گوناگون طراحی چشم انداز و دورنمای زندگی.
- روش های علمی هدف چینی و طراحی طرح عملی برای دستیابی به اهداف.
- یادگیری پرسشگری سقراطی.
- راههای دستیابی به زندگی متعادل.
- آشنایی با انواع سبک های نگرش (طرز فکر) و شیوه های تبدیل طرز فکر ایستا به طرز فکر پویا.
- یادگیری افکار مانع تراش و شیوه های غلبه بر آنها .
- مشاهده جلسه کوچینگ انواع مختلف مراجعین.
- کارگاههای عملی نیم، یک و/یا دو روزه برای تمرین فنون کوچینگ.
- شرکت در کارگاههای مهارت آموزی و دانش افزایی مرتبط با کوچینگ.
- تماس دائم با یک راهنما برای هدایت عملی شما در فرایند یادگیری.

برنامه کوچینگ ما چه فایده ای برای شما دارد؟

- یک مسیر سریع برای دستیابی به حرفه دلخواه خودتان به عنوان یک کوچ صاحب صلاحیت.
- یادگیری اسرار درونی و نظریه و نقشه زیربنایی انجام دادن یک کوچینگ حرفه ای و اصولی در طی چند ماه و نه چندین سال.
- انجام دادن یک دوره آموزشی تخصصی کوچینگ توسط مؤسسه معتبر جهانی و زیر نظر افراد صاحب صلاحیت و مجربی که هر روزه با مراجعین و سازمانهای مختلف داخلی و خارجی کار کوچینگ می کنند.
- آژانس سازی زمان ذی قیمت شما از طریق ارائه کلاس ها به صورت آنلاین. لازم نیست که وقت عزیزتان را در رفت و آمد و ترافیک بگذرانید. هر زمان که بخواهید از منزل یا دفتر کارتان به کلاس وارد می شوید و هر چند بار که بخواهید دروس، تمرین ها، ایفای نقش و تکالیف را مرور می کنید.
- دروس را براساس سرعت یادگیری خودتان مطالعه و تمرین می کنید.
- در تمام طول دوره یک راهنما/پشتیبان/حامی به شما اختصاص خواهد یافت که از طریق او می توانید اشکالات خود را رفع کرده و ابهامات خود را روشن کنید.

آینده شغلی - حرفه ای

امروزه بیشتر افراد به جستجوی پاسخی برای این پرسش اند که چگونه می توانند به طور کلی زندگی خود را بهبود ببخشند؟ برخی ها امیدوارند تا زندگی حرفه ای خود را بهبود ببخشند و شغل خود را توسعه دهند، برخی ها می خواهند در محیط کار کنونی خود رشد کنند و مدیر و یا سرپرست مؤثرتری باشند، برخی ها به عنوان صاحبان مشاغل و بیزینس به دنبال توسعه مؤثر شرکت و سازمان خود هستند، و بسیاری ها نیز به دنبال رضایتمندی شخصی و بهزیستی و شادکامی پایدار می گردند، از این رو هر روزه افراد بیشتری به دنبال راهنمایی و هدایت حرفه ای و علمی و روشمند هستند تا یک زندگی همه جانبه بهتری برای خود بسازند.

کوچینگ یا کوچینگ زندگی یکی از حرفه های پیشرونده و در حال توسعه است که سعی می کند از این اقبال فراوان افراد و تقاضای زیاد برای دریافت هدایت و راهنمایی اصولی استفاده کرده و با برخورداری از رویکردهای علمی و مبتنی بر پژوهش، این قلمرو پر تقاضا را پوشش دهد. از این رو در سراسر جهان کوچینگ یا کوچینگ زندگی به عنوان یک مسیر شغلی تقویت کننده و انگیزه ساز با استقبال زیادی روبرو شده است. اگرچه در سالهای اخیر افراد زیادی برای دریافت مشاوره حرفه ای، شغلی، طراحی نقشه زندگی خود، انتخاب مسیر حرکت و فعالیت های ورزشی، تحصیلی، رابطه دو عضوی، تغییر شغل، هدف چینی های بلندمدت، میان مدت و کوتاه مدت، تصمیمات جدی مثل ترک

تحصیل، تغییر رشته، مهاجرت و... به دنبال کوچ های صاحب صلاحیت می گردند و برای کوچینگ یا هدایت و راهنمایی علمی، اصولی و روشمند مراجعه می کنند، ولی تعداد کوچ های صاحب صلاحیت و تحصیل کرده در رشته کوچینگ بسیار اندک است و در بازار کار به اندازه کافی مربی یا کوچ دانش آموخته و فارغ التحصیل دوره رسمی کوچینگ وجود دارد. پیش بینی موسسات بین المللی مربوطه این است که در سالهای آینده مؤسسات عالی بیشتری برای تربیت کوچ شروع به فعالیت کنند و افراد بیشتری به سمت این حرفه گرایش پیدا خواهند کرد.

به عنوان یک مربی زندگی یا کوچ، شما این توانایی را پیدا خواهید کرد که پتانسیل و توانمندی های بالقوه مراجعین را شناسایی و کشف کرده و به آنها کمک کنید تا توانمندیهای خود را در جهت ارزش ها و فضیلت های شخصی خود تا جای ممکن شکوفا کنند. این کار را از طریق انگیزه دهی، دلگرمی، تشویق، هدایت و راهنمایی، هدف چینی علمی و هوشمند و نظارت و ارزیابی عینی انجام می دهید. فراهم کردن محیطی توأم با مسئولیت پذیری و پاسخگویی از طرف شما در فرایند شناسایی و کشف توانمندیها، ارزش ها، مأموریت یا رسالت زندگی مراجع و همچنین کمک به او برای هدف چینی و دعوت او به مسئولیت پذیری و پاسخگو بودن به شما (به عنوان فردی که در عین هدایت و راهنمایی، او را به چالش کشیده و بر طرح و برنامه و اقداماتش نظارت دارد)، یکی از مهمترین جنبه های کوچینگ است که مراجعین بهره فراوانی از آن می برند.

کوچینگ فرایندی روشمند و علمی است که در آن به فرد دیگری کمک می کنیم تا به بالاترین سطح اثربخشی خود در زندگی شخصی یا حرفه خود دست یابد. مربی و کوچ این کار روشمند را با خلق یک گفتگوی سقراطی انجام می دهد که به «آگاهی» و «بینش» منتهی می شود. وقتی یک کارمند یا کارگر، مهارت و توانایی لازم برای انجام وظایف و تکالیفی که به او واگذار می شود را دارد ولی بنابر دلایلی از قبیل اعتماد به نفس، ناامیدی، تمرکز، انگیزه، شوق یا احساس بی معنایی و ... نمی تواند یا نمی خواهد بهترین تلاش خود را بکند و یا از تمام منابع درونی و بیرونی خود برای یک عملکرد عالی استفاده نمی کند، کوچینگ می تواند برای چنین فردی بسیار مفید و مؤثر باشد.

کوچینگ هرگز به معنای آموزش دادن نیست، بلکه به معنای « ایجاد شرایطی برای یادگیری و رشد» است. این یادگیری و رشد گاهی در سطح فردی و برای ارتقای زندگی و پیشرفت در قلمروهای مختلف زندگی (مالی، سلامت، شغلی - حرفه ای، معنویت، خانواده، فرزندپروری، همسرداری و...) و گاهی در سطح سازمانی و به منظور افزایش عملکرد و پیشرفت فرد در سازمان انجام می گیرد. در حقیقت کوچینگ فرایندی علمی است برای آزاد کردن توان و استعداد های درونی افراد در جهت بهینه و بیشینه سازی عملکرد آنها در دو سطح فردی و سازمانی به کار گرفته می شود.

کوچ به جای آموزش و تدریس، با طرح پرسش های تأمل برانگیز و ژرف، مراجع را قادر می سازد تا پاسخ سؤالات را از درون خود و به زبان خود و مبتنی بر دریافت و ادراک خود پیدا کند. در فرایند کوچینگ نشان دادن احساس همدلی، شوق به گوش دادن با به تعبیری گوش دادن فعال به تمام جنبه های داستان و روایت مراجع و تمام قلمروهای زندگی او، به کوچ کمک می کند تا به طور مؤثری او را هدایت و راهنمایی کند. به بیانی دیگر، کوچ یک خردمند همه چیزدان نیست و خود را دانایی که پاسخ همه سؤالات را می داند نمی بیند. بلکه کوچ فردی است که با اصول و روش علمی پرسشگری سقراطی یا طرح سؤالات مؤثر و هدفمند آشناست و این مهارت را کسب کرده است که به افراد کمک کند تا کیفیت های درونی و توانمندی های شاخص خود را شناسایی کرده و آنگاه برای شکوفایی خود تصمیم بگیرند و به رشد و توسعه شخصی خود بپردازند.

اگر به حرفه های یاری رسان علاقه داشته باشید و در زندگی شخصی و حرفه ای خود با افراد مختلف سر و کار دارید که هدایت آنها بخشی از کار روزانه شماست و یا اگر به کمک به افراد و همفکری و هدایت آنها علاقه دارید، کوچینگ یکی از بهترین و سودمندترین حرفه ها است. تصور کنید که به یک نوجوان یا جوان کمک می کنید تا مسیر شغلی آینده اش شناسایی کند و هدف چینی های بلند مدت، میان مدت و کوتاه مدت انجام دهد، و در این فرایند یک دستمزد خوب هم دریافت کنید! چه حس و حالی خواهید داشت؟

تصور کنید که در یک روز گرم و داغ در اتاق شیک خود زیر کولر نشسته و در حالی که نوشیدنی خنکی را نوش جان می کنید، در حال شناسایی و کشف استعدادهای شاخص یک مدیر اجرایی موفقید و به او کمک می کنید تا شیوه های انسانی، مذهبانه و مؤثر و کارآمدتری را در سیستم خود پیاده کند که هم برای خوش تقویت کننده باشد و هم برای کارکنانش و هم بازدهی سیستم اش را بالا می برد؟

تصور کنید جوان رعنايي جلوی شما نشسته است که احساس فلاکت و بیچارگی می کند چرا که از شغل کنونی اش ناراضی است ولی بدلیل هزینه های جاری زندگی، حمایت از والدین پیر و همسر باردارش نمی تواند از شغل خود بیرون بیاید و دنبال شغل مطلوب خود برود چون در شغل مطلوبش این حقوق کنونی را نمی تواند دریافت کند. و تصور کنید که شما با به کارگیری اصول علمی کوچینگ به او کمک می کنید تا برای تغییر شغل خود در سه سال آینده هدف چینی و برنامه ریزی کند و از امروز در هر هفته یک گام مؤثر و قابل اندازه گیری در جهت تغییر شغل بردارد و در عین حال برای قابل تحمل کردن شغل کنونی اش نیز یک یا دو هدف با کمک شما بچیند. در این راستا شما ضمن نظارت بر گام های عملی و اقدامات او، او را هدایت و راهنمایی می کنید و با گوش دادن فعال و همدلی و طرح پرسش های مؤثر او را به تأمل دقیق برای یافتن راه حل یا ساختن راه حل حمایت می کنید! واقعا چقدر احساس

خشنودی و رضایت خواهید کرد اگر بتوانید حتی یک نفر را خوب هدایت و کوچ کنید تا زندگی بهتری را برای خود رقم بزنند و هر جلسه نیز دستمزد خوبی هم دریافت کنید!

نکته مهمتر در این حرفه این است که تقریباً تمام کوچ ها خویش — فرما هستند و شغل مستقل خود را دارند و به صورت خصوصی حتی در دفتر کاری که در منزل دارند و یا حتی تلفنی افراد را کوچ می کنند. حتی اگر شما کارمند یا مدیر مؤسسه ای باشید هنوز می توانید یک کوچ خصوصی با مراجعین خاص خودتان باشید و کم کم زمینه کار خودتان را گسترش دهید.

RaiMana

از دیگر جنبه های مهم کوچینگ این است که «فکر» و «مغز» و «ذهن» شما در این فرایند درگیر است و نه حضور جسم شما. پس می توانید به هر کجای جهان سفر کنید. در دل جنگل یا کنار ساحل یا روستایی دورافتاده و فقط دسترسی به تلفن یا اینترنت ضروری است که هر روز سر ساعت مقرر در گوشه ای در کنار آبشار یا رو به ساحل در یک کافی شاپ یا در دل جنگل نشست و جلسه کوچینگ را با کوچی یا مراجع خود انجام دهید. کوچینگ زمان شما را منعطف می کند و دست شما را برای مسافرت و دیگر تعهدات شخصی و خانوادگی باز می گذارد.

حتی اگر خواهان مهاجرت هستید، کوچینگ در سراسر جهان و در تمام نقاط زمین قابل اجراست. با در دست داشتن مدرک رسمی کوچینگ در همه جای دنیا می توانید مراجع بگیرید. چه مراجع از همان محل و چه مراجع از شهر و کشوری که هم اکنون در آن هستید. برخی از کوچ های مؤسسه ما هم اکنون در خارج از ایران زندگی می کنند ولی هر شب از ساعت ۱۰ تا ۱۳ با مراجعین مختلف از ایران را کوچینگ می کنند. گاهی به شهرهای مختلف سفر می کنند و سر ساعت مقرر در هر کجا که باشند با مراجع خود جلسه کوچینگ را انجام می دهند.

با در دست داشتن این اطلاعات هم اکنون می توانید گام اول را برای شرکت در دوره کوچینگ مؤسسه رایمانا بردارید. امروز ثبت نام کنید و یک روز زودتر مهارت های کوچینگ را بیاموزید.

هدف برنامه گواهینامه بین المللی کوچینگ انتخاب رای مانا

این برنامه به این منظور طراحی شده است تا کوچ هایی را پرورش دهد که بتوانند به رشد و توسعه خود، افراد و سازمان ها کمک کنند. کوچینگ همچنین، یکی از چهار نقش برجسته رهبران می باشد (نقشهای مدیریتی، دوستی، معلمی و کوچینگ). مخاطب یک کوچ در درجه اول شخص کوچ و سپس سایر کوچها، فرزندان، کارکنان، شاگردان و مدیران می باشد. به طور خاص، توسعه افراد (کارکنان/فرزندان/شاگردان) تنها از طریق نقش کوچینگ یک فرد/رهبر/مدیر قابل دستیابی است.

موسسه کوچینگ و راهبری رای مانا - کوچینگ چیست و چرا برنامه کوچینگ رای مانا

با گذراندن این برنامه، کوچ‌هایی پرورش خواهند یافت که:

- می‌دانند در زندگی چه می‌خواهند و خود را به خوبی می‌شناسند.
- می‌توانند کوچینگ در قلمرو موضوعات واقعی را برای نتایج سریع و فوری بلافاصله شروع کنند.
- می‌توانند زندگی با کیفیتی داشته باشند و به دیگران نیز در این امر کمک کنند.
- در خصوص موضوعاتی که برای سازمان و تیم خود بسیار مهم است کوچینگ موثر انجام می‌دهند.

کاربست‌های گواهینامه بین‌المللی کوچینگ انتخاب رای مانا

کوچینگ انتخاب رای مانا، کاربردهای گسترده‌ای دارد از جمله:

- کاربردهای شخصی: مدیریت و راهبری شخصی در زندگی
- کاربردهای خانوادگی: لذت بخش‌تر و معنادارتر شدن روابط خانوادگی
- کاربردهای سازمانی: تسهیل تیم‌سازی، نگهداشت کارکنان موثر، مدیریت عملکرد، اثربخشی آموزشی و ایجاد محیط و فرهنگی بر پایه عملکرد، تعهد، مسئولیت‌پذیری و پاسخگویی.

این برنامه ترکیبی از منابع و ابزارهای آموزشی و آموزش‌های تعاملی مجازی و حضوری است. تمام این برنامه برای ارضاء نیازهای خاص هر فرد و سازمان به دقت و بطور یکپارچه و هماهنگ طراحی شده است.

چرا گواهینامه بین المللی کوچینگ انتخاب رای مانا!

برای شما چه معنی دارد!	وجوه تمایز کوچینگ انتخاب
این مدل کوچینگ بر اساس کارکرد مغز که مدلی مبتنی بر تئوری انتخاب است، می باشد. نظریه ای مستدل که به وضوح به چرایی و چگونگی رفتار انسان می پردازد و با استفاده از فرایندی مدون، روش ها و تدابیر لازم برای کمک به مراجعان را ارائه می دهد.	مدلی مبتنی بر کارکرد مغز
راهبری هنر ایجاد و حفظ رابطه ها بنحوی است که کارا و موثر باشد. شما به عنوان یک راهبر می آموزید که در نقش کوچ و در بستری از روابط کیفی به توسعه دیگران بپردازید. شما هفت سطح از روابط کیفی را می آموزید.	رابطه- محور
شما به عنوان کوچ به مراجعان گوش می کنید، نقاط قوت، توانمندی ها، نیاز ها و خواسته های آنها را میکاوید و به آنها کمک می کنید تا براساس نقاط قوت و توانمندی هایشان اقدام کنند.	مراجع - محور
تمرکز ما در این مدل بر روی مشکل نیست. ما برای پیدا کردن راه حل به بررسی تمام راه ها می پردازیم. این رویکرد همواره باعث ایجاد انرژی و مثبت اندیشی در محیط می شود.	راه حل- محور
ما از اصول و معیار های مدیریت کیفیت، کار کیفی و محیط آموزشی کیفی که بر اساس آموزه ها و یافته های ادوارد دمینگ و ویلیام گلاسر است، تبعیت می کنیم. در این فرایند نفر به نفر، برنامه های آموزشی توسط متخصصان علاقه مند در این حوزه، ارائه می شوند.	کیفیت- محور
همانطور که می دانید، خود ارزیابی دریچه ای برای هر تغییر عمده است. شما بعنوان کوچ در مرحله ای از این مدل، آموزش خود-ارزیابی را به افرادی که هدایت آنها را بر عهده دارید، خواهید آموخت.	متمرکز بر خود ارزیابی
این مدل کوچینگ تکنیک محور نیست، به این معنا که بر پایه یک تئوری و فرایند قابل اتکا بنا نهاده شده است. در این مدل هیچ چیز به شانس و برداشت های ذهنی و شخصی واگذار نشده است. ما در تمامی گام های این فرایند و این مدل کوچینگ، از نقشه راهی واضح تبعیت می کنیم و نسبت به هدف و آنچه که تا کنون پشت سر گذاشته ایم، آگاهییم. این فرایند که کاملاً عینی و مبتنی بر شواهد ثابت شده است به کوچ و مراجع این	فرایند- محور

<p>امکان را می دهد که به طور مداوم به ارزیابی خودشان، نتایج هر مرحله و نتایج مورد انتظار بپردازند.</p> <p>شما به عنوان کوچ می آموزید که چگونه به شکلی پویا و خلاقانه مراجع خود را در طی فرایند ارزیابی کمک کنید و او را در انتخاب رفتاری مسئولانه که در عین حال برای خودش نیز مفید و موثر باشد، یاری کنید.</p>	
<p>شما به عنوان کوچ می آموزید که به مراجع خود کمک کنید تا اقدامات جایگزینی موثر و مسئولانه ای برای خود در نظر بگیرید.</p>	<p>جستجوی گزینه های بیشتر</p>
<p>این برنامه کوچینگ به گونه ای طراحی شده تا مراجع را در برآورده کردن نیازها و خواسته های خاص خودش یاری برساند.</p>	<p>برنامه های منطبق بر نیازهای مراجع</p>
<p>این برنامه به شما کمک می کند که درک کنید دریافت خدمات کوچینگ بعنوان مراجع چه معنا و مفهومی دارد. ما در موسسه از شما حمایت کرده و شما را در تکامل و یکپارچه سازی مفاهیم و مهارت های جدیدتان در حوزه کوچینگ مبتنی بر تئوری انتخاب و گذر موفقیت آمیز به عرصه بعدی از کارراهه شغلی تان متعهد نگاه داشته و یاری می رسانیم.</p>	<p>سوپروویژن/برنگری/نظارت مستمر</p>
<p>ما یک گروه پویا هستیم. تیم در دسترس ما که متشکل از کوچهایی شایسته و آموزش دیده می باشد علاوه بر برنامه کوچینگ قابل اتکا ارائه شده، توسط موسسه "رای مانا"، نظارت/برنگری و پشتیبانی می شوند. ما مشتری هایمان را با پشتیبانی مستمر و ارائه تحقیقات و آموزه های به روز، همواره مورد حمایت خود قرار می دهیم.</p>	<p>حمایت و پشتیبانی مستمر</p>

خلاصه: با شرکت در برنامه گواهینامه بین المللی کوچینگ انتخاب رای مانا قادر خواهید بود:

- به خودتان کمک کنید.
- به دیگران کمک کنید.
- یک شغل حرفه ای شناخته شده برای خود بسازید.
- به سومین حرفه در حال رشد جهان وارد شوید.
- فرصت شغلی جدیدی در کنار شغل کنونیتان برای خود خلق کنید و برای خودتان کار کنید.
- از افزودن ارزش به زندگی دیگران و کمک به شنا سایی راه و مسیر زندگی شان احساس شغف و رضایت درونی کنید.

استانداردهای برنامه های بین المللی کوچینگ انتخاب رای مانا

استانداردها و مهارت های تو صیه شده تو وسط ICF در حداقل های برنامه گواهینامه بین المللی کوچینگ انتخاب رای مانا گنجانده شده است. در این برنامه شما تمامی مفاهیم و شایستگی های پایه مورد نظر ICF را می آموزید و مدرک بین المللی از آکادمی انتخاب امریکا (Academy of choice) دریافت می کنید. با انجام تمامی تکالیف برنامه، استفاده از منابع منحصربفرد برنامه (ویدئو ها و سایر منابع)، انجام ایفای نقش های متعدد و حضور در کارگاههای عملی برنامه، علاوه بر دست یافتن به سطحی قابل قبول، اصیل و واقعی از کفایت و شایستگی کوچینگ در سطح بین المللی، مهارت و دانش لازم را برای شرکت در امتحان رسمی فدراسیون بین المللی کوچینگ (ICF) نیز بدست میاورید. چنانچه خواهان مدرک مستقیم ICF هستید باید جداگانه در امتحان آن شرکت کنید.



جهت کسب اطلاعات بیشتر و ثبت نام در دوره های مورد نظر، از طریق زیر با ما تماس حاصل فرمایید.

تلفن: ۲۲۸۸۳۰۷۷ و ۲۲۸۷۲۱۸۹

پست الکترونیک:

info@rai-mana.com

وب سایت:

www.rai-mana.com