



رای مانا  
آموزش هست

جور دیگر باید زیست

دوره‌ی اول تئوری انتخاب، واقعیت درمانی و مدیریت راهبرانه

خلق روابط سرزنده و زندگی مسئولانه بر اساس تئوری انتخاب

۱ تا ۳ بهمن ۹۹



CHOICE THEORY® &  
REALITY THERAPY® &  
LEAD MANAGEMENT



www.rai-mana.com  
۰۹۱۲۰۹۹۳۴۵۱

آنلاین

امیر پهلونژاد

کوچ زندگی و  
سازمانی؛ مشاور



## سرفصل‌های دوره

- آموزش مفهوم کنترل درونی و کنترل بیرونی
- آشنایی با کار بست های تئوری انتخاب
- آموزش تفاوت های تئوری انتخاب با دیگر تئوری‌های روانشناسی
- آموزش اولیه چارت تئوری انتخاب
- تمرین برای تسلط بر چارت تئوری انتخاب
- پاسخ به سئوالات مربوط به چارت تئوری انتخاب
- آشنایی با واقعیت درمانی به عنوان کاربست تئوری انتخاب در اتاق مشاوره
- آشنایی با فرایند واقعیت درمانی
- آموزش مفهوم رابطه به عنوان اساس واقعیت‌درمانی
- تمرین برای آشنایی با سئوالات واقعیت درمانی
- اجرای ایفای نقش واقعیت درمانی توسط مربی
- تمرین ایفای نقش و واقعیت درمانی توسط شرکت کنندگان
- آشنایی مقدماتی با مدیریت راهبرانه

## درباره‌ی دوره‌ی اول تئوری انتخاب، واقعیت درمانی و مدیریت راهبرانه

در این دوره آموزشی افراد با کلیت تئوری انتخاب، واقعیت درمانی و مدیریت راهبرانه آشنا می شوند. تقسیم بندی مفاهیم آموزشی به گونه ای انجام شده است که ۴۰ درصد زمان دوره به آموزش تئوری انتخاب، ۴۰ درصد زمان به آموزش واقعیت درمانی و ۲۰ درصد دیگر به آموزش مدیریت راهبرانه اختصاص پیدا کند.

شرکت کنندگان با مفاهیم کنترل، نیازها، دنیای مطلوب، دنیای ادراکی، مکان مقایسه، سیستم رفتاری، ماشین رفتار آشنا شده و کارکرد هر کدام از این بخش ها در تبیین رفتار موجود آدمی را متوجه می شوند. چارت تئوری انتخاب یکی از مفاهیم کلیدی دوره آموزش پایه است که یادگیری آن اساس تمام آموزه های بعدی خواهد بود. شرکت کنندگان در دوره آموزش پایه، اقدام به چیدمان پازل چارت در گروه ها کرده تا با اجرای کار عملی میزان یادگیری خود را بالا ببرند.

در بخش واقعیت درمانی به تدریس مفهوم رابطه و اهمیت آن در ارتباطات پرداخته می شود و سپس سئوالات مربوط به پرسشگری بر اساس دعوت به مسئولیت پذیری به افراد یاد داده خواهد شد. شرکت کنندگان در این دوره تمرین های عملی برای یادگیری بهتر پرسشگری را تمرین خواهند کرد و اجرای فرآیند پرسشگری را توسط مدرس مشاهده خواهند نمود.

افراد در بخش مربوط به مدیریت راهبرانه، تفاوت بین مدیریت راهبرانه و رئیس مآبانه را یاد می گیرند. همچنین در این بخش مدرس به اهمیت عناصر مدیریتی و ویژگی های یک رئیس و یک راهبر می پردازد.



# آموزش پرس هسته