



AKO

Sahebe  
NIKMANESH

خدایا مرا خرج کاری کن که

مرا برای آن آفریدی

جعبه ابزار کوچینگ

ارایه دهنده:

صاحبه نیکمنش





AKO

Sahebe  
NIKMANESH

# جعبه ابزار (مهارت‌های) کوچ حرفه‌ای

۱. مهارت اجازه گرفتن



AKO

Sahebe  
NIKMANESH

# جعبه ابزار (مهارت‌های) کوچ حرفه‌ای

۲. مهارت قهرمان انگاری  
(Championing)



AKO

Sahebe  
NIKMANESH

# جعبه ابزار (مهارت‌های) کوچ حرفه‌ای

۳. کنترل و مدیریت خویشتن  
(Self-Control)



AKO

Sahebe  
NIKMANESH

# جعبه ابزار (مهارت‌های) کوچ حرفه‌ای

۴. مهارت گوش دادن موثر



AKO

Sahebe  
NIKMANESH

# جعبه ابزار (مهارت‌های) کوچ حرفه‌ای

۵. سوال درست پرسیدن



AKO

Sahebe  
NIKMANESH

# جعبه ابزار (مهارت‌های) کوچ حرفه‌ای

۶. برگرداندن فرد به موضوع اصلی



AKO

Sahebe  
NIKMANESH

# جعبه ابزار (مهارت‌های) کوچ حرفه‌ای

.۷ دستور کار کلان  
(Big Picture)





# بررسی اصول اخلاقی کوچینگ

- **مراجع:** پذیرفتن شخصیت کسی که به عنوان فرد و یا تیمی که مورد کوچینگ قرار می‌گیرند که می‌تواند همکار و یا مدیر تو از مجموعه‌ای باشد و یا حتی تیمی که منجر به توسعه آن می‌شوید.
- **کوچینگ:** فرایندی که در آن با کوچی خود مشارکت می‌کنید که بتوانید به بهترین شکل ممکن منجر به توسعه و توانمندی او شوید. فرایندی که منجر به تقویت خلاقیت و گسترش گزینه‌های بیشتر، جهت انتخاب و استفاده از پتانسیل‌های او می‌شود.
- **ارتباط کوچینگ محور:** ارتباطی که در آن یک کوچی و یک کوچ توسط یک تفاهم نامه و یا قرارداد، تعهد و مسئولیت‌پذیری خود را نسبت به هم حفظ کرده و با توجه به توقعات یکدیگر آن را شکل می‌دهند.
- **کد:** قواعد و کدهای اخلاقی کوچینگ



# بررسی اصول اخلاقی کوچینگ

- **تعارض منافع:** موقعیتی که در آن یک کوچ حرفه‌ای در یک شرایط چند جانبه قرار گرفته و احتمال اینکه منافع شخصی از هر کدام داشته باشد، بسیار است؛ و هم زمان هم در یک موقعیت کوچینگ با کوچی خود هست که در این شرایط احتمال پذیرفتن یک موقعیت منجر به ضرر و زیان برای دیگری باشد را تعارض منافع می‌نامند؛ که هم شامل حوزه‌های مالی است و هم شامل دیگر حوزه‌های شخصی
- **مساوات:** موقعیتی که در آن همه افراد احساس مساوات و یکسانی داشته باشند. به این معنی که امکان دسترسی به منابع و استفاده از همه امکانات ممکن، برای همه وجود داشته باشد و هیچ تبعیضی بین کوچی‌ها وجود نداشته باشد؛ اعم از رنگ پوست، جنسیت، موقعیت جغرافیایی، فرهنگ معلولیت ذهنی و یا فیزیکی و هر نوع تفاوتی



# بررسی ارزش‌های کوچینگ

- **حرفه‌ای‌گری:** تعهد ما به یک ذهن حرفه‌ای کوچ محور است؛ تا بتوان از طریق رویکرد توانمندسازی و ارائه خدمات با کیفیت، منجر به فعال‌سازی مسئولیت‌پذیری در افراد شده، که بتوان توأم با احترام و وحدانیت مسیر، تغییر را برای کوچی خود هموار کرد.
- **همکاری:** ما تعهد به ارتباطات اجتماعی و ترویج فرهنگ کوچینگ هستیم؛ تا بتوان یک مجموعه توسعه‌محور شکل داد.
- **انسان محور:** ما تعهد داریم که انسان دوست باشیم و مهربان و با هیجان و انگیزه، منجر به توانمندسازی و حرکت رو به سمت جلو برای کوچی خود باشیم.
- **عدالت محور:** ما متعهد به استفاده از رویکرد کوچینگ و ذهنیت کوچ محور هستیم؛ تا به کمک آن نیازها و اولویت‌های کوچی خود را درک کرده و آن‌ها را در یک فرایند یکسان در همه شرایط گسترش داده و با کیفیت ارتباط داشته باشیم.



# تمرین

دلایل	در چه موقعیت‌هایی معکوس عمل کنیم	نمره ۱۰-۰	کدام یک از ارزش‌ها را، در عمل نشان دهیم



# شاخص‌های مهارتی کوچینگ

- کوچینگ یعنی مشارکت و همراهی با کوچی جهت حل کردن مشکل (مراجع کننده)
- یعنی خلق فرایندی که در تقویت و به کارگیری استعداد آن فرد (شغلی و یا خانوادگی) تاثیر گذار است
- یعنی ایجاد فضای ارتباطی بدون قضاوت در جهت اعتمادسازی بیشتر
- یعنی تغییر و تمرکز بر نیازها و اولویت‌های کوچی (ذینفع)
- یعنی تمرکز بر هدفگذاری بر خروجی و دستاوردهای هدفمند و مدیریت تغییر فردی خانوادگی سازمانی
- یعنی ایجاد انگیزه و موقعیتی برای رشد فردی خانوادگی و شغلی)
- Coaching یا راهبری و هدایت روشی است که در آن به افراد می‌آموزاند که چگونه از منابع موجود خود، بهترین استفاده و کاربردی‌ترین منظور، در جهت پیشبرد اهدافشان، در زندگی شخصی و سازمانی را داشته باشند



## Cultivating Learning & Growth

8. Facilities Client Growth  
تسهیل رشد کوچی

## Communicating Effectively

6. Listen Actively  
گوش کردن فعال
7. Evokes Awareness  
فعال کردن آگاهی

## Co-Creating the Relationship

3. Establishes and maintains agreements  
ایجاد تفاهم در موضوع
4. Cultivates Trust and Safety  
ترویج اعتماد و امنیت
5. Maintains Presence  
نگه داشتن حضور ذهن

## Foundation

1. Demonstrates Ethical Practice  
نشان دادن اخلاق در عمل
2. Embodies a Coaching Mindset  
در برداشتن ذهنیت کوچینگ محور و رفتار کردن مثل یک کوچ



AKO

Sahebe  
NIKMANESH

این پایان راه نیست

باید این راه را  
چندین بار تکرار کنید

از توجه شما سپاس گزارم

 Sahebe\_nikmanesh

