

به قلم دکتر عباس گلستانی

ارتباط مشاوره توسعه فردی و کوچینگ

امید که با جدی گرفتن مقولاتی نظیر مربیگری و مشاوره در مدارس، دانشگاه ها، مساجد و مراکزی که با آموزش و پرورش نسل جوان در ارتباط هستند، زمینه تربیت شهروندانی مسئولیت پذیر، آرمان خواه و دارای قابلیت هایی نظیر کنترل خشم، توانایی حل مسائل پیچیده و در مجموع انسان توسعه یافته فراهم شود.

به گزارش خبرنگاران گروه زندگی و سرگرمی گزارش خبر، دکتر عباس گلستانی در یادداشتی آورده است:

در عصر حاضر استفاده از علوم انسانی در پرورش انسان هایی مسئولیت پذیر، معنا گرا با روحیات پذیرش مختصات جوامع انسانی یک ضرورت است. از جمله علومی که در سال های اخیر در توسعه جوامع انسانی بسیار پر کاربرد بوده اند می توان به مشاوره و کوچینگ یا مربیگری اشاره کرد که با وجود تفاوت هایی که با هم دارند در مجموع به توسعه مهارت های فردی و برطرف ساختن نقاط ضعف و تقویت مهارت های مطلوب می پردازند. مربیگری یک رابطه حمایتی و دو طرفه است که در آن کوچ (مربی) به مراجع خود کمک می کند تا با تمرکز بر هدف انتخاب شده به نتایج مورد نظر دست پیدا کند. کوچ به افراد کمک می کند در زندگی شخصی به نتایج دلخواه خود برسند و از این طریق اهداف شخصی محقق شود. ولی مشاوره کمک می کند که مشکلاتتان را بشناسید و حل کنید. این بزرگترین تفاوت بین کوچینگ و مشاوره است. یک مربی به طور مرتب شما را به چالش می کشاند؛ ولی مشاور برای کمک به شما از همدلی و درک کردن استفاده می کند.

مربیگری و مشاوره هر دو نقش مهمی در توسعه فردی ایفا می کنند، اما رویکردها و اهداف متفاوتی دارند. مشاوره بیشتر بر شناسایی و حل مشکلات یا چالش های خاص متمرکز است. مشاوران اغلب متخصصانی با دانش و تجربه در یک زمینه خاص هستند و به مشتریان خود راهنمایی و پشتیبانی بر اساس تخصص خود ارائه می دهند.

در مقابل، کوچینگ رویکردی عمل گرایانه تر و فردمحورتر دارد. مربیان به مشتریان خود کمک می کنند تا اهداف خود را تعیین کنند، مهارت های جدید را توسعه دهند و بر موانع غلبه کنند.

مربیان معمولاً به مشتریان خود نمی گویند که چه کاری انجام دهند، بلکه آن ها را تشویق می کنند تا خودشان راه حل ها را پیدا کنند. در حالی که مشاوره اغلب بر گذشته تمرکز دارد، کوچینگ بیشتر بر حال و آینده تمرکز دارد. هر دو مربیگری و مشاوره می توانند ابزارهای ارزشمندی برای توسعه شخصی باشند، اما مهم است که رویکرد مناسب را بر اساس نیازها و اهداف فردی انتخاب کنید. گاهی اوقات، ترکیبی از هر دو رویکرد می تواند مؤثرترین راه برای دستیابی به رشد و توسعه شخصی باشد.

استفاده از ابزارهای متعدد در راستای بهبود کیفیت زندگی افراد و توسعه فردی بسیار مهم است. بی تردید مهمترین ابزار و سلاح یک مشاور و کوچ حرفه ای مدیریت پروژه شایستگی های رفتاری (شایستگی های نرم) است. هر چقدر هم یک مشاور دانش و تجربه عملی داشته باشد، تا نتواند با بدنه و افراد سازمان به خوبی ارتباط برقرار نماید و هوش هیجانی بالا داشته باشد، در عمل کاری از پیش نمی برد.

این فرد باید قدرت رهبری بالا داشته و سازمان را با خود به سمت هدف مشاوره همراهی نماید. یک مشاور در زمان حضور خود در سازمان، قطعاً با چالش های فراوانی مواجه خواهد شد، پس شایستگی هایی مانند کنترل استرس و خشم، توانایی حل مسأله، تصمیم گیری صحیح، تجزیه و تحلیل موقعیت و ... می تواند جعبه ابزار مفیدی برایش باشد.

امید که با جدی گرفتن مقولاتی نظیر مربیگری و مشاوره در مدارس، دانشگاه ها، مساجد و مراکزی که با آموزش و پرورش نسل جوان در ارتباط هستند، زمینه تربیت شهروندانی مسئولیت پذیر، آرمان خواه و دارای قابلیت هایی نظیر کنترل خشم، توانایی حل مسائل پیچیده و در مجموع انسان توسعه یافته فراهم شود.