



آشنایی با

دوره سطح دو آموزش کوچینگ

## «با نام و یاد او»

### مقدمه

امروزه بهره‌برداری از کوچینگ به اشکال مختلف اعم از راه‌اندازی کسب‌وکار کوچینگ در حوزه ارائه خدمات آموزشی و جلسات یا به کار بستن این مهارت کاربردی در زندگی شخصی و شغلی، مقوله‌ای است که مورد توجه افراد بسیاری قرار گرفته است.

### کوچینگ چیست؟

تا چه اندازه با کوچینگ آشنا هستید؟ قطعاً این واژه را تاکنون شنیده‌اید اما ممکن است عملکرد آن را به درستی ندانید. به‌طورکلی، فلسفه کوچینگ این است که ما انسان‌هایی کاردان، خلاق، با انرژی، با حکمت و توانا هستیم. ما با یاری یک کوچ، می‌توانیم زندگی‌مان را سریع‌تر و آسان‌تر بسازیم.

کوچینگ فرایندی است که از طریق رشد قابلیت‌های کلیدی در افراد به آن‌ها کمک می‌کند روی آنچه در زندگی شخصی و شغلی‌شان اهمیت بیشتری دارد، تمرکز کنند. کوچینگ فرصت‌هایی را برای بهبود و تغییر فراهم می‌کند و راهکاری است که کمک می‌کند افراد خود بهترین راه‌حل را پیدا کنند؛ یعنی بتوانند به صورت مستقل با بهره‌گیری از قابلیت‌های خود به ایجاد شرایط لازم برای موفقیتش دست یابند.



## کوچ کیست؟

یک کوچ نه معلم است نه روانشناس و نه مشاور. او در حقیقت تسهیل‌گری است که به طرف مقابل کمک می‌کند به خودآگاهی برسد و مسائل را کشف کند و ضمن تعریف و مشخص ساختن اهداف خود، برای دستیابی به آنها تشویق شود و تأثیر فوری آن را در زندگی خود احساس کند.

## آمارها نشان می‌دهد:

- لایف کوچینگ با رشد سالانه 6/7 درصد، دومین صنعت سریع‌اً در حال رشد در جهان است؛
- در سطح جهانی، تعداد لایف کوچ‌ها از سال 2016 تا 2020 با 33 درصد افزایش همراه بوده است؛



- 94 درصد از کوچ‌ها عنوان کردند که خدمات دیگری مانند مشاوره، آموزش یا خدمات تسهیلگری را علاوه بر کوچینگ ارائه می‌دهند؛
- کوچ‌های تازه کار 44 درصد از وقت خود را به کوچینگ اختصاص داده‌اند؛ این در حالی است که بقیه وقت خود را بین سایر خدمات خود تقسیم می‌کردند.
- 63 درصد از سازمان‌هایی که به کارمندان خود کوچینگ ارائه می‌دهند، رشد درآمدی بیشتری را در میان رقبای خود گزارش داده‌اند؛
- 25 تا 40 درصد از تمام 500 شرکت Fortune کوچینگ اجرایی را به عنوان بخشی از آموزش رهبری استاندارد برای مدیران ارشد و بهترین مجریان خود به کار می‌برند...

## دوره‌های آموزش کوچینگ

صنعت کوچینگ در یک روند رو به رشد قرار دارد اما این صنعت هزاران فرد نامناسب را جذب خود ساخته است؛ اما خیلی زود کوچ‌هایی که در دوره‌های آموزشی ضعیف تعلیم دیده باشند، این صنعت را ترک می‌کنند و مسیر برای افراد جدیدی که موفق به «فراگیری مهارت عالی کوچینگ از طریق برنامه‌های آموزشی با کیفیت» شده‌اند، باز می‌شود.

## اعتبار دوره‌های آموزشی آکادمی

آکادمی بین‌المللی فراکوچ یکی از مدارس مورد تایید فدراسیون بین‌المللی کوچینگ (ICF) است و طبق استانداردهای این فدراسیون، برنامه‌های آموزش کوچینگ را در سطح 1 (Level 1)، سطح 2 تکمیلی (Level 2) و دوره سطح دو (Level 1&2) ارائه می‌دهد. از سال 1396 تا کنون، بیش از 90 دوره موفق آموزش کوچینگ در آکادمی بین‌المللی فراکوچ برگزار شده است.


## LEVEL 1 - PROGRAM DETAILS

Organization Name:	Faracoach International		
Bookmark this program:	Open in New Window		
Program Name:	COACH ART		
Program Type:	Level 1		
Program Hours:	84.00		
Organization Description:			
Program Description:			
Organization:	Faracoach International Trump Towers-Kuştepe Mah-Mecidiyeköy Yolu cd. No.12Kule 2.Kat.18 34387 Şişli-Istanbul-Turkey TURKEY		
Student Contact:	faracoach@yahoo.com		
Learning Method:			
Language:			
Coaching Specialties:			
Approval Start Date:	July 29, 2021	Accreditation Renewal Date:	July 31, 2024
Locations:	Iran		

<https://apps.coachingfederation.org/eweb/DynamicPage.aspx?webcode=ESS&pid=8131>

## تدوین و ثبت استاندارد در سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور

بر پایه محتوای دوره آموزشی کوچینگ سطح 1 و در سال 1399، استاندارد آموزش شایستگی «کوچینگ توسعه فردی و کسب و کار» توسط استاد یاسر متحدین و تیم علمی آکادمی بین‌المللی فراکوچ تدوین و در سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور تایید و ثبت گردید. استاندارد مربوطه از طریق لینک زیر در دسترس شما است.



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی

معاونت پژوهش، برنامه‌ریزی و سنجش مهارت  
دکتر پژوهش، طرح و برنامه‌ریزی درسی

# استاندارد آموزش شایستگی

## کوچینگ توسعه فردی و کسب و کار

گروه شغلی

### امور مالی و بازرگانی

کد ملی آموزش شایستگی

۵	۲	۴	۹	۲	۰	۴	۵	۰	۰	۱	۰	۱	۱	۱
ISCO-08	سطح مهارت	شماره گروه	شماره شغل	شماره شایستگی										

تاریخ تدوین استاندارد: ۹۹/۳/۱۰

<https://rpc.irantvto.ir/home/standard-groups/main/30>

## LEVEL 2 - PROGRAM DETAILS

Organization Name:	Faracoach International		
Bookmark this program:	Open in New Window		
Program Name:	professional Life&Business Coaching		
Program Type:	Level 2		
Program Hours:	150.00		
Organization Description:	By enrolling in Level 2 of the course (complementary to Level 1), the learner attains a thoroughly acceptable level of coaching knowledge and skills in line with coaching education standards. This equips them to engage in activities in any area of life or business, choose their field of activity, and launch their own coaching business.		
Organization:	Faracoach International Trump Towers-Kuştepe Mah-Mecidiyeköy Yolu cd. No.12Kule 2.Kat.18 34387 Şişli-Istanbul-Turkey TURKEY		
Student Contact:			
Learning Method:	In-Person		
Language:	Arabic, English, Farsi		
Coaching Specialties:	Business/Organizations, Executive, Internal, Life Vision & Enhancement, Personal/Organizational, Small Business, Spirituality		
Approval Start Date:	October 23, 2023	Accreditation Renewal Date:	July 31, 2024
Locations:	Iran Iraq Turkey		

<https://apps.coachingfederation.org/eweb/dynamicpage.aspx?webcode=ess&pid=10581>

### دوره سطح دو آموزش کوچینگ

دوره سطح دو آموزش کوچینگ در آکادمی بین‌المللی فراکوچ تنها یک دوره آموزشی نیست بلکه یک گام رو به جلو برای تحول زندگی شخصی و شغلی افراد محسوب می‌شود. افرادی که در دوره‌های آموزشی کوچینگ ثبت‌نام می‌کنند، صرفاً در نقطه آغاز مسیر لذت‌بخش سرمایه‌گذاری روی توانایی‌های شخصی خود در جهت نیل به اهدافشان هستند.



این دوره در آکادمی بین‌المللی فراکوچ به صورت «تلفیقی از دوره‌های آموزش کوچینگ سطح 1 و سطح 2» با هدف «شروع از سطح مقدماتی تا تکمیل دوره سطح دو» و قرار گرفتن در مسیر دریافت مدرک بین‌المللی سطح 2 (L2) تدوین گردیده است.

محتوای آموزشی این دوره مبتنی بر مدل 3 بعدی KSE (علمی/عملی/تجربی) و به گونه‌ای طراحی و برنامه‌ریزی شده است که شما در پایان دوره، تمام صلاحیت‌های لازم کوچینگ را طبق استانداردهای فدراسیون بین‌المللی کوچینگ (ICF)، آموخته و تمرین نموده و نیز توانمندی لازم جهت فعالیت به عنوان یک «کوچ حرفه‌ای در سطح ملی و بین‌المللی» را در خود ایجاد کرده باشید.

## این دوره کاربردی مناسب شما است اگر:

- شخصی هستید که رشد و توسعه فردی را یک ضرورت می‌دانید و در صدد افزایش سطح بهره‌وری و عملکرد خود در زندگی و محیط کارتان هستید؛
- فردی هستید که به حل مسائل خود و دیگران در حوزه‌های شخصی و شغلی اهمیت می‌دهید؛
- تمایل دارید به عنوان یک کوچ معتبر از طریق «برگزاری جلسات کوچینگ» مسیر شغلی مستقلی را برای خود ایجاد کنید؛ کوچینگ می‌تواند شغل اول یا دوم شما باشد؛
- به عنوان مشاور، منتور، درمانگر و روانشناس، سخنران، مدرس، مدیر و رهبر، مدیر و کارشناس منابع انسانی و آموزش در شرکت‌ها و سازمان‌ها فعالیت می‌کنید و تمایل به کسب مهارت‌های کاربردی دارید...

## مزایای دوره

- تحصیل و مهارت‌آموزی در یک آکادمی معتبر و بین‌المللی مورد تأیید ICF؛
- تدوین محتوای آموزشی با رعایت استانداردها و صلاحیت‌های فدراسیون بین‌المللی کوچینگ (ICF)؛
- تأکید بر رفع نیازمندی‌های ضروری جهت فعالیت در حوزه‌های مختلف کوچینگ؛
- حضور اساتید خیره و باتجربه با بیش از هزاران ساعت تجربه برگزاری جلسات کوچینگ؛
- آشنایی با رویکردهای مختلف کوچینگ؛
- حضور در شبکه‌های ارتباطی پایدار و آشنایی با اساتید و کوچ‌های برجسته فارسی‌زبان دنیا؛
- حضور در کانال‌ها و گروه‌های ویژه دانشجویان؛
- ارائه معتبرین گواهی‌نامه‌های ملی و بین‌المللی از آکادمی بین‌المللی فراکوچ؛
- دسترسی به منابع آموزشی و جزوات؛
- همراهی پشتیبان‌های علمی در طی دوره آموزشی؛
- امکان ارتباط مستقیم با کارشناسان و پشتیبانی همه جانبه دپارتمان‌های آکادمی.

## نحوه برگزاری «دوره سطح دو آموزش کوچینگ»

طول دوره سطح دو آموزش کوچینگ 14 ماه است. شما طی دوره در گروه‌های ویژه دانشجویی حضور خواهید داشت؛ در هر دوره آموزشی، یک پشتیبان علمی جهت افزایش مهارت و تمرین‌های هفتگی حضور دارد؛ از آنجا که این دوره علاوه بر آموزش‌های نظری شامل مهارت‌آموزی و کارگاه تجربی نیز می‌باشد، برای کسب بهترین نتیجه، لازم است به صورت هفتگی بین 5 تا 7 ساعت را به این دوره اختصاص دهید. سایر ویژگی‌ها، سرفصل دروس و گواهی‌نامه‌های پایان دوره را در جداول همین صفحه مشاهده نمایید.

## ویژگی‌های دوره سطح دو آموزش کوچینگ

14	طول دوره (ماه)
150+4	جمع ساعت (آموزشی/کارگاه/کارآموزی)
سه بعدی KSE (علمی/ عملی/ تجربی)	متد آموزشی
6 جلسه 1 ساعته	جلسات کوچینگ به عنوان مراجع با کوچ معتبر
6 جلسه 1 ساعته	جلسات کوچینگ به عنوان مراجع با دانش‌پذیر سطح بالا
12 جلسه 1 ساعته	جلسات کوچینگ به عنوان کوچ با کوچ همسطح
12 جلسه 1 ساعته	جلسات کارورزی به عنوان کوچ با مراجع بیرونی
44 جلسه 2 ساعته	کارگاه‌های عملی و آمادگی آزمون با همراهی پشتیبان علمی طی دوره
✓	منابع آموزشی و جزوات
✓	همراهی پشتیبان علمی طی دوره
✓	ارزیابی مستمر و گزارش پیشرفت
✓	آزمون پایان دوره
گواهی‌نامه فنی و حرفه‌ای - (114 h) - (در صورت درخواست) گواهی‌نامه بین‌المللی - (L2-150 h)	گواهی‌نامه پایان دوره
✓	عضویت در گروه‌های اختصاصی
✓	تست‌های شخصیت و تحلیل
30 – 25	حداقل تعداد دانش‌پذیران دوره
-	پیش‌نیاز آموزشی
تلفیق دوره‌های کوچینگ سطح 1 و سطح 2	سرفصل‌ها و اهداف آموزشی



## شرایط اخذ گواهی‌نامه‌های پایان دوره

شما پس از اتمام این دوره برای شرکت در آزمون 3 ماه زمان دارید و چنانچه آزمون پایان دوره را با موفقیت پشت سر بگذارید، گواهی‌نامه 150 ساعته بین‌المللی L2 - مورد تایید ICF - را دریافت می‌کنید. همچنین، پس از پایان دوره سطح 1 و موفقیت در آزمون‌های تئوری و عملی، امکان اخذ گواهی‌نامه مهارت «کوچینگ توسعه فردی و کسب و کار» از سازمان فنی و حرفه‌ای کشور از طریق آکادمی و یا شرکت در آزمون‌های ادواری آن سازمان وجود دارد. شرکت در آزمون پس از مهلت 3 ماهه مشمول پرداخت هزینه مجزا خواهد بود.

## گواهی‌نامه‌های پایان دوره

پس از اتمام دوره و موفقیت در آزمون نهایی، گواهی‌نامه بین‌المللی 150 ساعته (L2) مورد تایید فدراسیون بین‌المللی کوچینگ (ICF) برای شما صادر می‌گردد:



گواهی‌نامه دیجیتال سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور پس از معرفی شما به آن سازمان و موفقیت در آزمون مربوطه؛ این پروسه در صورت درخواست دانش‌پذیر انجام می‌پذیرد.

  
جمهوری اسلامی ایران  
وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی

  
سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور

**گواهینامه مهارت**

شماره: .....  
تاریخ: .....

عکس

اعطا می گردد به نام و نام خانوادگی ..... با شماره ملی .....

مطابق با استاندارد مهارت ..... کوچینگ توسعه فردی و کسب و کار

کد ..... حرفه امور مالی و بازرگانی

به مدت ۱۱۴ ساعت و بر اساس ارزشیابی مهارت شغلی .....

با کسب نمره ..... به حروف ..... از ۱۰۰ و سطح عالی

"به استناد ماده ۶ آیین نامه کارآموزی و افزایش مهارت مصوب ۱۳۳۹/۱۰/۲۷ شورای عالی کار"

مدیرکل آموزش فنی و حرفه ای استان خراسان رضوی  
افشین رحیمی گل خندان



**توضیحات:**

۱- جهت استعلام از صحت و اصالت گواهینامه می توانید با استفاده از کد ملی و شماره شناسایی درج شده در گواهینامه هوشمند، به سامانه <http://certificate.portaltvto.com> مراجعه نمایید.

۲- این گواهینامه به مدت ۵ سال اعتبار دارد.

۳- این گواهینامه بر اساس مواد ۶ و ۱۳ قانون نظام صنفی مصوب ۲۴-۱۲-۱۳۸۲ مجلس شورای اسلامی و اصلاحات بعدی آن جهت اخذ پروانه کسب و کار قابل بهره برداری می باشد.

خراسان رضوی-مرکز شماره شش مشهد(دو منظوره)-فراکوچ

### 1- آیا بعد از اتمام دوره می‌توانیم به عنوان کوچ حرفه‌ای مشغول به کار شویم؟

بله. ارائه خدمات کوچینگ به صورت غیر حضوری و در هر زمانی امکان‌پذیر است؛ شما در این دوره مهارت کوچینگ را به خوبی می‌آموزید و تمرین می‌کنید؛ اما مسلماً میزان موفقیت شما در کسب و کار کوچینگ به سایر مهارت‌هایتان نیز بستگی دارد.

### 2- بعد از دریافت گواهینامه با چه سمتی و با چه سازمان‌هایی می‌توانیم کار کنیم؟

امروزه سازمان‌ها بیش از گذشته به مهارت کوچینگ توجه می‌کنند؛ آن‌ها یا از کوچ‌های معتبر و با تجربه (بیرونی) استفاده می‌کنند یا از طریق آموزش این مهارت به مدیران و کارکنان کلیدی خود، برای سازمانشان کوچ (داخلی) تربیت می‌کنند. واقعیت این است که در حال حاضر یک سمت رسمی جهت استخدام با این نام در سازمان‌ها وجود ندارد اما کوچینگ مهارتی است که در کنار تخصص شما می‌تواند مورد استفاده قرار بگیرد، به عنوان مثال:

➤ به عنوان کوچ (بیرونی) توسعه فردی و کسب و کار؛

➤ به عنوان کوچ (داخلی) در سازمان‌ها خصوصاً در حوزه‌های مدیریت، واحدهای آموزش، منابع انسانی و...

### 3- منابع آموزشی دوره چیست؟

منابع آموزشی این دوره جزواتی است که در آکادمی بین‌المللی فراکوچ بر مبنای آموزش صلاحیت‌ها و استاندارد بین‌المللی کوچینگ طراحی و بومی‌سازی شده است. علاوه بر آن، در صورت تمایل، کتب و منابع مکمل به شما معرفی می‌گردد.

### 4- نحوه دسترسی به جزوات آموزشی به چه صورت است؟

جزوات قبل از شروع هر ترم به صورت فایل از طریق راه‌های ارتباطی آکادمی برای شما ارسال می‌شود.

### 5- نحوه برگزاری دوره‌ها به چه صورت است؟

این دوره کاملاً مهارت محور است و شما علاوه بر مطالعه جزوات و شرکت در جلسات تئوری، در جلسات کارگاهی آنلاین و جلسات کوچینگ حضور پیدا می‌کنید. همانطور که گفته شد، ضروری است در هفته حداقل بین 5 تا 7 ساعت برای فراگیری مهارت کوچینگ اختصاص دهید.

### 6- کلاس‌های آموزشی به چه صورت و در چه بستری برگزار می‌شود؟

کلاس‌ها به صورت آنلاین و در حال حاضر از طریق LMS برگزار می‌شوند. اما بنا به ضرورت و در شرایط خاص، ممکن است از سایر بسترهای آموزشی آنلاین نیز استفاده شود.

### 7- شرایط انصراف از دوره به چه صورت می‌باشد؟

با توجه به کیفیت و ساختار آموزشی موجود، انصراف از دوره به دلیل نارضایتی ندرت صورت می‌گیرد و شرایط بازگشت کامل شهریه در پایان دوره بطور کامل توضیح داده شده است. چنانچه دلایل فورس ماژور شما را از حضور فعال در دوره باز دارد، در صورت تایید واحد آموزش آکادمی - به صورت محدود و خاص - امکان مرخصی از دوره و حضور در دوره‌های بعدی وجود دارد. همچنین، انصراف از دوره پیش از شروع به همراه بازگشت کامل شهریه امکان‌پذیر است.

### 8- با چه شرایطی می‌توان هزینه‌های دوره را پرداخت نمود؟

هزینه دوره به صورت نقد و اقساط قابل پرداخت است. در این خصوص، کارشناسان ثبت نام آکادمی توضیحات کامل را در اختیار شما قرار خواهند داد.

## درباره آکادمی بین‌المللی فراکوچ

استاد «یاسر متحدین» دانش‌آموخته رشته مهندسی صنایع می‌باشد که 20 سال سابقه مدیریتی و اجرایی در حوزه‌های مختلف را در کارنامه خود دارد. در سال ۱۳۹۶ مؤسسه «مؤسسه توسعه مربیگری فراکوچ ایرانیان» به شماره ۵۹۲۸ به همت وی ثبت شد که «اولین مرکز آموزش کوچینگ ایران» محسوب می‌شود. برخی فعالیت‌ها و سوابق اجرایی ایشان در حوزه کوچینگ عبارت‌اند از:

- کوچ حرفه‌ای رهبران و مدیران عالی؛
- مدرس تأیید شده بین‌المللی دوره‌های استاندارد آموزش کوچینگ و تربیت کوچ حرفه‌ای (Life & Business Coach)؛
- تدوینگر استاندارد آموزش کوچینگ در ایران (سازمان فنی و حرفه‌ای کشور)؛
- تجربه بیش از 20.0۰۰ نفر - ساعت خدمات اجرا و آموزش کوچینگ برای افراد، مدیران و سازمان‌هایی نظیر وزارت نفت، همراه اول، شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر، پتروشیمی خراسان، دیجی‌کالا و...



www.faracoach.com

فراکوچ  
آکادمی بین‌المللی

موضوع تخصصی فعالیت و اساسنامه فراکوچ «مربیگری و مشاوره توسعه مهارت‌های فردی و شغلی در کسب‌وکار» تعیین شده است و این مؤسسه با اخذ معتبرترین مجوزهای رسمی و قانونی، در 2 محور کلی «آموزش‌های تخصصی کوچینگ» و ارائه «خدمات جلسات کوچینگ»، تجربیات خود را با افراد، صاحبان کسب‌وکار و سازمان‌ها به اشتراک می‌گذارد. برخی از دستاوردهای فراکوچ عبارت‌اند از:

- تأییدیه رسمی آکادمی از فدراسیون بین‌المللی کوچینگ (ICF) جهت ارائه گواهینامه بین‌المللی L1 و L2؛
- برگزاری بیش از 90 دوره آموزش تخصصی کوچینگ برای افراد، سازمان‌ها و کسب‌وکارها؛
- تدوین و ثبت اولین استاندارد شایستگی «کوچینگ توسعه فردی و کسب‌وکار» در سازمان فنی و حرفه‌ای کشور؛
- برگزاری بیش از 10.000 جلسه کوچینگ فردی و سازمانی...
- عضویت در پارک علم و فناوری؛
- اخذ مجوز «مرکز مشاوره، اطلاع‌رسانی و خدمات کارآفرینی»؛
- اخذ پروانه آموزشگاه فنی و حرفه‌ای فراکوچ...

دفتر مرکزی:

۰۲۱ - ۹۱۰ ۹۱۱ ۲۱

روابط عمومی:

۰۹۱۹ ۷۰ ۶۰۰ ۶۸

   @faracoach

فرا کوچ  
آکادمی بین المللی



www.faracoach.com