

معرفی دوره کاربردی و حرفه‌ای فاندامنتال کوچینگ



FARACOACH
International Academy

کوچینگ چیست؟

کوچینگ، سفری است به عمق وجود؛ مسیری جادویی که در آن، قدرت‌های پنهان‌تان را کشف می‌کنید، ارزش‌های اصیل‌تان را می‌شناسید و به بهترین نسخه از خودتان تبدیل می‌شوید. برخلاف روش‌های سنتی که راهکارهای آماده و از پیش تعیین شده عرضه می‌کنند، کوچینگ یک رهیافت عمل‌گرا و مراجع‌محور است که شما را دعوت می‌کند تا با بینشی عمیق‌تر، پاسخ‌های نهفته در درون‌تان را بیابید، بر موانع ذهنی‌تان غلبه کنید و مسیر زندگی و حرفه‌ای‌تان را با آگاهی و اعتماد به نفس بی‌نظیری طی نمایید.

ALL THINGS

COACHING.



کوچ کیست؟

کوچ، همراهی است که شما را به سوی نگاهی تازه به زندگی و مسیر حرفه‌ای‌تان هدایت می‌کند. او نه معلم است که درس‌های آماده بدهد، نه مشاور که راهکارهای از پیش تعیین شده عرضه کند و نه راهنمایی که مسیر را برایتان هموار سازد؛ بلکه یک همسفر آگاه است که با ابزارهای ظریفش، شما را به تفکر عمیق و کشف مسیرهای نو دعوت می‌نماید.

کوچ در کنار شماست تا چالش‌هایتان را از زاویه‌ای نو ببینید، ظرفیت‌های نادیده‌تان را بیدار کنید و تصمیم‌هایی آگاهانه‌تر و جسورانه‌تر بگیرید. یک کوچ حرفه‌ای، فضایی امن و بدون قضاوت می‌سازد؛ جایی که می‌توانید آزادانه از اهداف، رویاها و موانع‌تان سخن بگویید. او با ایجاد شفافیت و بینش، کمک می‌کند تا پاسخ‌هایی که همیشه در درون‌تان نهفته بوده، به سطح آگاهی برسند و برای دستیابی به آن‌ها، اقدامی قاطع بردارید.

به دوره فاندamental کوچینگ خوش آمدید!

فاندamental کوچینگ، دروازه‌ای است به سوی خودآگاهی و تحول؛ سفری پویا که شما را به کشف توانایی‌های نهان‌تان دعوت می‌کند، مهارت‌های بنیادین کوچینگ را به شما می‌آموزد و امکانی فراهم می‌کند تا گفت‌وگوهایتان را عمیق‌تر، روابطتان را معنادارتر و تأثیرتان را در زندگی و حرفه‌تان پررنگ‌تر سازید. این دوره‌ی کوتاه و عمل‌گرا، شما را با ابزارهایی قدرتمند آشنا می‌کند که نه تنها می‌توانند به‌عنوان پایه‌ای برای یک مسیر شغلی جدید در کوچینگ عمل کنند، بلکه زندگی روزمره‌تان را، از تعاملات خانوادگی تا جلسات کاری، به تجربه‌ای غنی‌تر و آگاهانه‌تر تبدیل می‌کنند.

این دوره برای شماست که مشتاقید خود را از نو بشناسید، با ذهنی باز به استقبال یادگیری بروید و ببینید چگونه کوچینگ می‌تواند زندگی‌تان را دگرگون کند. چه بخواهید در روابطتان با دیگران در خانه یا محل کار تأثیری عمیق‌تر بگذارید، چه کنج‌ها و باطن‌ها را کشف کنید که قلب‌تان را به تپش می‌آورد، فاندamental کوچینگ همراهی پرشور و الهام‌بخش است که با انرژی و دقت، شما را در برداشتن گام‌های نخست یاری می‌دهد.

در این مسیر، می‌آموزید چگونه با دقت گوش فرا دهید، پرسش‌هایی هوشمندانه و تأمل‌برانگیز مطرح کنید و فضایی امن و همدلانه خلق کنید که گفت‌وگوهای عمیق و صادقانه در آن شکوفا شوند. از همان روز نخست، این مهارت‌ها را در زندگی واقعی‌تان به کار می‌گیرید و شاهد تغییرات شگرف در اطرافتان خواهید بود. در پایان، با اعتمادبه‌نفسی تازه، می‌توانید تصمیم بگیرید که آیا می‌خواهید به یک کوچ حرفه‌ای تبدیل شوید یا از این ابزارها برای ارتقای زندگی خود و دیگران بهره ببرید.

چرا فاندamental کوچینگ؟

ما در آکادمی فراکوچ، فاندamental کوچینگ را به یک دلیل ساده اما قدرتمند طراحی کردیم: **ساختن ذهنیت درست، پیش از هر چیز.**

- **آشنایی عمیق:** با مفاهیم و ابزارهای اولیه کوچینگ آشنا شوید و ببینید آیا این مسیر با قلب و ذهن شما هم‌راستاست؛
- **ریسک کمتر:** با هزینه‌ای مقرون به‌صرفه، کوچینگ را تجربه کنید و بدون فشار مالی یا زمانی، تصمیم آگاهانه‌ای برای ادامه بگیرید؛
- **دسترسی آسان:** ساختار انعطاف‌پذیر با ترکیبی از جلسات آنلاین و آفلاین، یادگیری را به بخشی لذت‌بخش از زندگی‌تان تبدیل می‌کند.

دوره فاندامن‌تال کوچینگ برای شما مناسب است اگر:

- تمایل دارید شایستگی‌ها و ذهنیت یک کوچ را در زندگی شخصی و کاری خود پیاده کنید؛
- در انتخاب مسیر حرفه‌ای کوچ شدن تردید دارید و می‌خواهید تصویر روشنی از آینده این حرفه پیدا کنید؛
- دریافت مدرک معتبر و بین‌المللی کوچینگ را بخشی از برنامه رشد فردی و توسعه شغلی خود می‌دانید؛
- رهبر، مدیر، مدرس، مسئول منابع انسانی یا فعال در حوزه آموزش و توسعه سازمانی هستید؛
- در کسب‌وکار آزاد فعالیت دارید و می‌خواهید مهارت کوچینگ را برای موفقیت بیشتر به کار بگیرید؛
- به دنبال افزایش مهارت‌های ارتباطی، پرسشگری قدرتمند و گوش‌دادن فعال هستید؛
- می‌خواهید در نقش مشاور، مربی یا تسهیل‌گر تأثیرگذاری بیشتری داشته باشید؛
- به توسعه فردی علاقه‌مندید و می‌خواهید ابزاری برای خودشناسی و رشد دیگران در اختیار داشته باشید؛
- قصد دارید شبکه‌ای از ارتباطات حرفه‌ای در فضای کوچینگ برای آینده خود بسازید؛
- آماده‌اید اولین گام جدی برای ورود به مسیر حرفه‌ای کوچینگ را بردارید.

روش آموزشی دوره:

- روش آموزشی این دوره بر پایه‌ی **مدل KSE** طراحی شده است؛ مدلی که سه بعد اصلی یادگیری یعنی **دانش، مهارت و تجربه** را به صورت هم‌زمان پوشش می‌دهد:
- **دانش (Knowledge):** در این بخش، فراگیران با مبانی علمی و تئوریک کوچینگ آشنا می‌شوند. مفاهیم بنیادین، چارچوب‌های بین‌المللی، اصول اخلاقی و استانداردهای حرفه‌ای به صورت ساختارمند ارائه می‌شود تا پایه‌ای علمی و مستحکم برای یادگیری ایجاد گردد.
 - **مهارت (Skill):** یادگیری تنها در سطح دانش متوقف نمی‌ماند. با تمرین‌های عملی، ایفای نقش (Role Play)، کارگروهی و فعالیت‌های تعاملی، مهارت‌های کلیدی کوچینگ در فضای امن آموزشی تقویت می‌شود.
 - **تجربه (Experience):** تجربه‌ی واقعی در مرکز این روش آموزشی قرار دارد. فراگیران در طول دوره، کوچینگ را به طور مستقیم به عنوان مراجع تجربه می‌کنند؛ این چرخه‌ی تجربه همراه با دریافت بازخورد تخصصی از مربیان، زمینه‌ی رشد و عمق‌بخشی به مهارت‌ها را فراهم می‌سازد.

به این ترتیب، آموزش ما صرفاً «انتقال محتوا» نیست، بلکه سفری علمی، عملی و تجربی است که شما را از سطح آشنایی اولیه با کوچینگ، به توانمندی واقعی در به کارگیری آن در زندگی شخصی و حرفه‌ای می‌رساند.

ویژگی‌های دوره:

ویژگی‌های دوره «فاندامنتال کوچینگ»		
طول دوره	۱/۵ ماه	
مشخصات دوره	مهلت شرکت در آزمون پس از دوره جمع ساعات دوره (آموزش/کارگاه/کارآموزی) متد آموزشی	۱ هفته ۴۸ ساعت سه بعدی KSE (علمی/ عملی/ تجربی)
آموزش	تعداد جلسات آموزش (مدرس) کارگاه‌های عملی و آمادگی آزمون با همراهی پشتیبان علمی طی دوره	۱۳ جلسه (۲۷ ساعت) ۵ جلسه ۲ ساعته
تجربه کوچینگ	جلسات کوچینگ به عنوان مراجع با کوچ معتبر جلسات کوچینگ به عنوان کوچ	۴ جلسه ۱ ساعته ۶ جلسه ۱ ساعته
منابع و پشتیبانی	منابع آموزشی و جزوات ارزیابی مستمر و گزارش پیشرفت	✓ ✓
آزمون	ارزیابی و آزمون	۱ ساعت
گواهی‌نامه پایان دوره	گواهی‌نامه‌های پایان دوره	گواهی‌نامه بین‌المللی - (CCE - ۴۰ H)

مزایای دوره فاندامنرال کوچینگ:

- آموزش جامع و ترکیبی (علمی، عملی و تجربی) بر اساس مدل KSE؛
- استفاده از تجارب و منابع بین‌المللی؛
- تیم آموزشی متشکل از کوچ‌ها و مدرسان حرفه‌ای با تجربه عملی در حوزه‌های مختلف؛
- همراهی مستمر یک تیم تخصصی از آغاز تا پایان دوره برای حمایت و رفع ابهامات فراگیران؛
- دسترسی به محتوای آموزشی متنوع (جزوه، ویدئو، تمرین)؛
- فضای یادگیری تعاملی که در آن هر فراگیر نقش فعال در فرآیند آموزش دارد؛
- تلفیق آموزش با تمرین‌های عملی روزمره جهت کاربردی‌پذیری سریع آموخته‌ها؛
- تجربه جلسات کوچینگ در نقش کوچ و مراجع؛
- ارزیابی مرحله به مرحله پیشرفت فراگیران توسط تیم آموزشی؛
- ساخت شبکه‌ای ارزشمند از هم‌دوره‌ای‌ها و مدرسان؛
- آغاز سفری تحول‌آفرین در مسیر توسعه فردی و حرفه‌ای؛
- افزایش اعتمادبه‌نفس در ارتباطات و گفتگوها؛
- ایجاد مهارت در حل تعارض‌ها و مدیریت روابط؛
- بهبود مهارت‌های رهبری و مدیریت تیم؛
- ایجاد مسیر روشن برای ادامه‌ی آموزش در سطوح پیشرفته کوچینگ؛
- فرصت ورود به مسیر حرفه‌ای کوچینگ و ادامه سطوح بالاتر؛
- ارائه گواهی معتبر پایان دوره به‌عنوان نخستین مدرک رسمی ورود به حوزه کوچینگ...

ساعت	نوع برگزاری	سرفصل	هفته	ماژول
۱	Electronics	تمامیت	۱	بنیان کوچینگ
۲	ONLINE	معارفه		
۴	Electronics	کوچینگ چیست	۲	
۲	ONLINE	مدل های کوچینگ + G۰		
۲	Electronics	یادگیری	۳	یادگیری پویا و اصول حرفه‌ای
۲	Electronics	طرز فکر رشد یافته		
۲	ONLINE	اخلاق + کسب و کار		
۲	Electronics	ارتباط موثر	۴	راهبری با مهارت‌های عملی
۲	ONLINE	گوش دادن فعال		
۲	Electronics	پرسشگری	۵	
۲	ONLINE	همدلی		
۲	Electronics	کشف خود	۶	خودشناسی و ارزش ها
۲	ONLINE	ارزش ها و باورهای محدود کننده		

گواهی‌نامه دوره و شرایط دریافت:

شما پس از اتمام موفق این دوره، گواهی‌نامه ۴۰ ساعته بین‌المللی CCE مورد تایید ICF را دریافت می‌کنید. به منظور دریافت این گواهی‌نامه معتبر، شرکت‌کنندگان لازم است الزامات زیر را رعایت نمایند:

➤ شرکت در آزمون پایانی:

- هر فراگیر تنها یک بار فرصت شرکت در آزمون دارد؛
- زمان برگزاری آزمون، ۱ هفته پس از پایان دوره آموزشی خواهد بود.

➤ کسب نمره قبولی:

- آزمون به صورت تئوری و بر پایه مباحث و محتوای ارائه شده در طول دوره برگزار می‌شود؛
- کسب حداقل ۷۰ درصد نمره کل آزمون برای موفقیت و اخذ گواهی‌نامه الزامی است.

➤ اعتبار گواهی‌نامه:

- گواهی‌نامه پایان دوره تنها به افرادی اعطا می‌شود که موفق به گذراندن آزمون با شرایط فوق شده باشند؛
- این گواهی‌نامه به‌عنوان اولین مدرک رسمی برای ورود به مسیر حرفه‌ای کوچینگ معتبر بوده و امکان ادامه تحصیل در سطوح بالاتر کوچینگ را فراهم می‌سازد.



سؤالات متداول

۱- برای شرکت در این دوره نیاز به پیش‌نیاز خاصی داریم؟

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.

۲- دوره به صورت آنلاین برگزار می‌شود یا آفلاین؟

دوره به صورت ترکیبی برگزار می‌شود و امکان شرکت در جلسات آفلاین و آنلاین وجود دارد.

۳- اگر در طول دوره سؤال یا مشکلی داشتم چه کسی پاسخگو است؟

یک تیم تخصصی از مدرسان، کوچ‌های حرفه‌ای و پشتیبانان از ابتدای دوره تا پایان همراه شما خواهند بود و تمامی ابهامات شما را رفع می‌کنند.

۴- شرایط دریافت گواهینامه پایان دوره چیست؟

شرکت در آزمون پایانی یک هفته بعد از اتمام دوره الزامی است. با کسب حداقل ۷۰ درصد نمره در آزمون تئوری، گواهینامه معتبر پایان دوره دریافت خواهید کرد.

۵- این دوره برای چه کسانی مناسب است؟

برای علاقه‌مندان به ورود به حرفه کوچینگ، مدیران، رهبران، مشاوران، مدرسان، مدیران منابع انسانی و همه کسانی که به دنبال رشد فردی و توسعه مهارت‌های ارتباطی هستند.

۶- آیا پس از پایان دوره امکان ادامه تحصیل وجود دارد؟

بله. این دوره اولین گام برای ورود به مسیر حرفه‌ای کوچینگ است و پس از آن می‌توانید در دوره‌های سطح ۱ و سطح ۲ و بالاتر ادامه دهید.

۷- آیا امکان بازگشت وجه در صورت انصراف وجود دارد؟

با توجه به کیفیت و ساختار آموزشی موجود، انصراف از دوره به دلیل نارضایتی ندرت صورت می‌گیرد. چنانچه دلایل فورس مازور 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 دوره بعدی وجود دارد. همچنین، انصراف از دوره پیش از شروع به همراه بازگشت کامل شهریه امکان‌پذیر است.

استاد یاسر متحدین، نسل اول کوچینگ ایران

استاد «یاسر متحدین» دانش‌آموخته رشته مهندسی صنایع می‌باشد که ۲۰ سال سابقه مدیریتی و اجرایی در حوزه‌های مختلف را در کارنامه خود دارد.

وی از سال ۱۳۹۴ وارد حوزه کوچینگ شد و در سال ۱۳۹۶ «مؤسسه توسعه مربیگری فراکوچ ایرانیان» را به ثبت رساند که «اولین مرکز آموزش کوچینگ ایران» محسوب می‌شود.

برخی فعالیت‌ها و سوابق اجرایی

- کوچ حرفه‌ای رهبران و مدیران عالی؛
- تدوینگر اولین استاندارد آموزش کوچینگ در ایران (سازمان فنی و حرفه‌ای کشور)؛
- مدرس تأیید شده بین‌المللی دوره‌های استاندارد آموزش کوچینگ و تربیت کوچ حرفه‌ای (Life & Business Coach)؛
- تجربه بیش از ۲۰/۰۰۰ 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...

برخی دستاوردهای آکادمی

- مدرسه مورد تایید فدراسیون بین‌المللی کوچینگ (ICF) در ایران؛
- مجوز رسمی صدور گواهی‌نامه‌های بین‌المللی L1 و L2 از (ICF)؛
- تدوین و ثبت اولین استاندارد کوچینگ کشور در سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای؛
- برگزاری بیش از ۱۰۰ دوره آموزش کوچینگ برای افراد، سازمان‌ها و کسب‌وکارها؛
- عضویت در پارک علم و فناوری؛
- دارای پروانه آموزشگاه فنی و حرفه‌ای فراکوچ؛
- اخذ مجوز «مرکز مشاوره، اطلاع‌رسانی و خدمات کارآفرینی»؛
- ...

برخی مخاطبان سازمانی

- دیجی‌کالا، همراه اول، شهرداری مشهد،
- شرکت حمل و نقل ریلی رجا،
- شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر،
- شرکت ملی پالایش و پخش، پتروشیمی خراسان،
- دانشگاه علوم پزشکی همدان،
- مزرعه نمونه آستان قدس رضوی،
- بانک رفاه کارگران و...



واحد ثبت نام : ۰۹۱۹ ۷۱۳ ۶۰۷۶

روابط عمومی : ۰۹۱۹ ۷۰۶ ۰۰۶۸

وبسایت : www.faracoach.com

فضای مجازی : @faracoach



FARACOACH
International Academy