



تنمية مهارات وأدوات الكوتشنج للمدربين

20 - 11 مايو 2025  
شرم الشيخ (مصر)



## تنمية مهارات وأدوات الكوتشنج للمدربين

رمز الدورة: 120158\_99269 تاريخ الإنعقاد: 11 - 20 مايو 2025 دولة الإنعقاد: شرم الشيخ (مصر) التكلفة: 4000 اليورو

### المقدمة:

فن إدارة الحياة لايف كوتشنج هو تدريب على إدارة الحياة، ويتم من خلال التواصل بين المدرب وبين الشخص الذي يحتاج مساعدة لإدارة حياته بما يحقق له الرضا والسعادة.

### اهداف البرنامج:

- حقق هدفك واعرف شعفك ونمي مهاراتك
- مهارة الكوتشنج باحتراف وتميز

### المهارات:

- كيفية تقديم جلسة كوتشنج محترفة
- آلية جلسات الكوتشج ووصفاتها وإجراءاتها
- التدريب على استخدام أدوات الكوتشج tools Coach لتحسين حياة المستفيدين من عملية الكوتشنج
- مواصفات شخصية الكوتشنج
- مقاييس الشخصية

### ذلك إلى جانب التعرف على:

- مبادئ - سميات - مدارس - مستويات الكوتشنج
- وثلاث الكوتشنج
- الفروقات بين الكوتشنج والإرشاد والاستشارات والعلاج النفسي
- إلى جانب تطبيقات لجلسات الكوتشج داخل القاعات التفاعلية

### لهذا أشارك ببرناج الكوتشنج، إذا اردت مثلاً أن:

- ترفع وتحسن من مستوى أداءك وانجازك في الحياة بصورة عامة
- تقرب الفجوة بين النداء الحالي والنداء المرغوب
- تطور وعيك وعلاقتك بنفسك والنخريين والحياة
- تعرف التخصص والوظيفة والدور المناسب لك في الحياة
- تزيد من الانضباط والمسؤولية الذاتية ومستوى التحفيز لديك
- توازن بين أدوارك الحياتية المختلفة
- الوصول إلى هدفها

### المحاور التي سيتم دراستها في هذا البرنامج التدريبي المحور الأول، مقدمة عن الكوتشنج:

- مفهوم الكوتشنج
- مدارس الكوتشنج
- وثلاث الكوتشنج
- لهذا الكوتشنج؟
- أنواع الكوتشنج

## المحور الثاني، القواعد والهادئ الأساسية لعملية الكوتشينج:

- متى نحتاج إلى جلسة كوتشينج؟
- القواعد الأساسية في الكوتشينج
- مقارنات لمعرفة الفرق بين الكوتشينج والعلاج النفسي وباقي منهجيات التطوير الذاتي
- حقوق وواجبات العميل
- الهادئ الأساسية في الكوتشينج

## المحور الثالث، المهارات الأساسية للكوتش:

- مهارة الإنصات
- مهارة طرح الأسئلة
- مهارة الحوار
- مهارة إدارة عملية التغيير عند المستفيد
- مهارة التحفيز الإيجابي للمستفيد

## المحور الرابع، مراحل إعداد الكوتش المحترف:

- الكفايات الفنية للكوتش
- أخلاقيات الكوتش
- الشخصية الكاريزمية للكوتش
- نصائح هامة للكوتش عند مهارة الكوتشينج

## المحور الخامس، الدليل التشغيلي لتوثيق مراحل عملية الكوتشينج وإدارة جلسة الكوتشينج الاحترافية:

- تعريف جلسة الكوتشينج
- طرق إدارة جلسة الكوتشينج
- توثيق عملية الكوتشينج
- نقاط مهمة لإدارة جلسة الكوتشينج
- نموذج مقترح لإدارة جلسة الكوتشينج
- نموذج مقترح لصيغة عقد الاتفاق مع المستفيد
- التغذية الراجعة

## مراحل الكوتشينج:

- مرحلة اللفة والانسجام
- مرحلة تحديد الأهداف
- وضع الخطة
- الاستهتاء بمرحلة الكوتشينج
- لحظة تحقيق الهدف

## المحور السادس، أهم الأدوات Tools Coach والاختبارات المستخدمة في عملية الكوتشينج:

- نموذج GROW
- عجلة الحياة
- تحليل PSWOT
- نموذج DCI لتحقيق الأهداف
- برنامج الكورت لتعليم التفكير
- العصف الذهني
- نموذج نافذة جوهاري
- استكشاف الأنماط التوثيلة للمستفيد
- تطبيق مقياس هيرمان للاستكشاف النمط التفكيرى للمستفيد



London - UK +447481362802  
Istanbul - Turkey +905395991206  
Amman - Jordan +962785666966

