

در مسیر رویاها

تالیف: صابر علی محمدی (سایو)



به نام خداوند مهربانی

در مسیر رویاها

تالیف:

صابر علی محمدی (سایو)



انتشارات موجک (ناشر دانشگاهی)



سرشناسه: علی محمدی، صابر، ۱۳۶۷-

عنوان و نام پدیدآور: در مسیر رویاها/ تالیف صابر علی محمدی (سایو).

مشخصات نشر: تهران: انتشارات موجک (ناشر دانشگاهی)، ۱۴۰۱.

مشخصات ظاهری: ۲۷۲ص.

شابک: ۳-۵۱۵-۹۹۴-۶۰۰-۹۷۸، ۱۹۱۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

موضوع: مربیگری زندگی

موضوع: Personal coaching

موضوع: شیوه زندگی

موضوع: Lifestyles

موضوع: رفتار -- تغییر و تعدیل

موضوع: Behavior modification

موضوع: خودسازی

موضوع: Self-actualization (Psychology)

رده بندی کنگره: BF۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۳

شماره کتابشناسی ملی: ۸۹۱۶۷۵۲

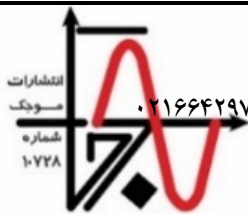
انتشارات موجک (ناشر دانشگاهی)

واتساپ: ۰۹۳۶۳۰۳۱۲۵۸ کانال: telegram.me/mojak1

تلفن مرکز پخش: ۰۲۶۳۲۷۰۵۳۱۸ - ۰۲۶۳۲۷۰۲۶۵۹ - ۰۲۱۶۶۱۲۷۵۹۳ - ۰۲۱۶۶۴۲۹۷۳۳

ایمیل: mojakpublication@yahoo.com

سایت: www.mojak.ir اینستاگرام: mojakpublication



عنوان: در مسیر رویاها

تالیف: صابر علی محمدی (سایو)

مشخصات ظاهری: ۲۷۲ صفحه، قطع وزیری

چاپ اول: تابستان ۱۴۰۱، تیراژ: ۵۰۰ جلد

قیمت: ۱۹۱۰۰۰۰ ریال، شابک: ۳-۵۱۵-۹۹۴-۶۰۰-۹۷۸

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای انتشارات موجک محفوظ است. هیچ شخص حقیقی و حقوقی حق

چاپ و تکثیر این اثر را به هر شکل و صورت اعم از فتوکپی، چاپ کتاب و ... را ندارد. متخلفین به موجب

بند ۵ ماده قانون حمایت از ناشرین تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

«در راه خویش ایثار باید، نه انجام وظیفه»

کتاب «در مسیر رؤیاها» را ابتدا تقدیم می‌کنم به «استاد هومن نامور» که براستی نمونه یک مربی کامل در زمینه کوچینگ و هدایت انسان‌هاست و با کسب درس در مکتب ایشان، خیلی از مطالب این کتاب را آموخته‌ام.

در ادامه تقدیم می‌کنم به برادرزاده عزیزم پرنسا خانم که در هنگام نگارش این کتاب یکساله شده و در مدتی که به نگارش کتاب مشغول بوده‌ام، با طراوتی که مهمان همه‌ی ما کرد، احساس بهتری را برایم رغم زد.

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

پیش گفتار.....	۱۹
گفتار اول: کوچینگ و آشنایی با کوچینگ.....	۲۱
۱-۱ مقدمه	۲۱
۲-۱ کوچینگ	۲۲
۳-۱ تاریخچه کوچینگ	۲۲
۴-۱ و اما معنای کوچینگ چیست؟	۲۳
۵-۱ باید بدانی کوچینگ چه چیزهایی هست و چه چیزهایی نیست؟	۲۴
۶-۱ کوچینگ چه چیز نیست؟	۲۵
۷-۱ پاسخ بزرگان به سؤال کوچینگ چیست؟	۲۸
۱-۷-۱ از نگاه تیموتی گالووی	۲۸
۲-۷-۱ از نگاه جان وایت مور	۲۸
۳-۷-۱ از نگاه اریک پرسلو	۲۹
۴-۷-۱ از نگاه سارا گورنال	۲۹
۵-۷-۱ از نگاه سر الکس فرگوسن	۲۹
۶-۷-۱ از نگاه ارشال گلد اسمیت	۲۹
۷-۷-۱ از نگاه مت سامرز	۳۰
۸-۷-۱ از نگاه مارتین سلیگمن	۳۰

- ۸-۱ کوچ کیست؟ ۳۱
- ۹-۱ علم کوچینگ چیست؟ ۳۲
- ۱۰-۱ فواید و کاربردهای کوچینگ ۳۳
- ۱-۱۰-۱ شناسایی نقاط قوت ۳۳
- ۲-۱۰-۱ افزایش اعتماد به نفس ۳۳
- ۳-۱۰-۱ رسیدن به آرزوها ۳۳
- ۴-۱۰-۱ یافتن ارزش‌های فردی ۳۴
- ۵-۱۰-۱ یافتن اهداف ۳۴
- ۶-۱۰-۱ یافتن رسالت ۳۴
- ۷-۱۰-۱ برقراری ارتباط موثر با دیگران ۳۴
- ۱۱-۱ مهم‌ترین فایده کوچینگ ۳۵
- ۱۲-۱ من و کوچینگ ۳۵
- ۱۳-۱ نگاه یک کوچ به کوچینگ ۳۶
- ۱۴-۱ کوچ حرفه‌ای ۳۶
- ۱۵-۱ انتظار یک مراجعه‌کننده از کوچینگ ۳۷
- ۱۶-۱ مربیگری در کوچینگ ۳۸
- ۱۷-۱ اصل کوچینگ ۳۹
- ۱۸-۱ توسعه انسان‌ها به کمک کوچینگ ۳۹
- ۱۹-۱ شیوه‌های کوچینگ ۴۰
- ۲۰-۱ اهمیت کوچینگ ۴۰
- ۲۱-۱ دوره‌های کوچینگ ۴۳
- ۲۲-۱ چرا اسمش را کوچینگ می‌گذاریم؟ ۴۴
- ۲۳-۱ موضوع کوچ و فرق آن با مشاوره و منتور و لیدر و رهبر ۴۵
- ۱-۲۳-۱ تفاوت آموزش و تعلیم با کوچینگ ۴۵
- ۲-۲۳-۱ تفاوت کوچینگ با مشاوره و منتورینگ در یک نگاه ۴۷

۵۲..... ۲۴-۱ هدف و کاربرد کوچینگ.....

۵۳..... ۲۵-۱ مدل‌های کوچینگ.....

۵۳..... ۲۶-۱ مراحل کوچینگ.....

۵۵..... گفتار دوم: انواع کوچینگ.....

۵۵..... ۱-۲ مقدمه.....

۵۶..... ۲-۲ لایف کوچینگ یا کوچینگ زندگی.....

۵۷..... ۱-۲-۲ آیا کوچینگ زندگی مفید است؟.....

۵۸..... ۲-۲-۲ آیا می‌توانم از رفتن پیش کوچ زندگی سودی ببرم؟.....

۵۸..... ۳-۲ بیزینس کوچینگ یا کوچینگ کسب و کار.....

۶۰..... ۴-۲ کوچینگ رهبری.....

۶۰..... ۱-۴-۲ تعریف رهبری.....

۶۲..... ۵-۲ کوچینگ تحصیلی.....

۶۲..... ۶-۲ سلف کوچینگ یا کوچینگ خویشتن.....

۶۳..... ۱-۶-۲ تفاوت خود مربیگری با سایر روش‌ها.....

۶۳..... ۲-۶-۲ مزایای سلف کوچینگ.....

۶۳..... ۷-۲ کوچینگ سلامتی.....

۶۴..... ۱-۷-۲ کار کوچ سلامتی.....

۶۶..... ۸-۲ کوچینگ شغلی.....

۶۷..... ۹-۲ کوچینگ ثروت.....

۶۹..... ۱۰-۲ کلید تغییر در مغز شماست.....

۶۹..... ۱-۱۰-۲ برای ثروتمند شدن به چه چیزهایی نیاز داریم؟.....

۷۰..... ۱۱-۲ کوچینگ عملکرد.....

۷۱..... ۱۲-۲ کوچینگ معنوی.....

۷۱..... ۱-۱۲-۲ رشد معنوی.....

- ۷۲-۱۲-۲ ما چه نیازی به رشد معنوی داریم؟ ۷۲
- ۷۲-۱۲-۳ ارتباط کوچینگ و رشد معنوی ۷۲
- ۷۳-۱۲-۲ کوچینگ چگونه بر رشد معنوی تأثیر می‌گذارد؟ ۷۳

گفتار سوم: رفتار مربی‌گری عقلانی هیجانی REBC ۷۵

- ۷۵-۱-۳ مقدمه ۷۵
- ۷۵-۲-۳ رفتار درمانی عقلانی هیجانی REBT ۷۵
- ۷۷-۳-۳ ترس ۷۷
- ۸۱-۴-۳ تداوم ۸۱
- ۸۱-۵-۳ اصول ۸۱
- ۸۵-۶-۳ تفاوت کوچ دستوری و کوچ غیر دستوری؟ ۸۵
- ۸۸-۷-۳ پیدا کردن آدم‌ها ۸۸
- ۸۸-۸-۳ مقصد نهایی (فاینال دیزنیشن) ۸۸
- ۸۹-۹-۳ برند ۸۹
- ۸۹-۱۰-۳ IACBC ۸۹
- ۹۰-۱۱-۳ مدل پرکتیس ۹۰
- ۹۰-۱۲-۳ واقعی بینی ۹۰
- ۹۳-۱۳-۳ نیاز به کوچ خوب برای همه آدم‌ها ۹۳
- ۹۵-۱۴-۳ سیستم‌های خود تخریبی مازوخیستی ۹۵
- ۹۶-۱۵-۳ SELF-AWARENESS خودآگاهی ۹۶
- ۹۶-۱-۱۵-۳ خودآگاهی ۹۶
- ۹۸-۲-۱۵-۳ مولفه‌های خودآگاهی ۹۸
- ۱۰۲-۳-۱۵-۳ اجزای مهارت خودآگاهی ۱۰۲
- ۱۰۲-۴-۱۵-۳ چگونه می‌شود در خودآگاهی پیشرفت کرد؟ ۱۰۲
- ۱۰۵-۱۶-۳ من کیستم «HOW AM I» ۱۰۵

- ۱۱۰ ۱۷-۳ فلسفه گشتالتی
- ۱۱۰ ۱-۱۷-۳ الان و اینجا (hear and know)
- ۱۱۳ ۲-۱۷-۳ همه‌ی ما لطفا قوی نباشیم!

۱۱۵ گفتار چهارم: در مسیر رؤیاها

- ۱۱۵ ۱-۴ مقدمه
- ۱۱۵ ۲-۴ توجه زیادی رسانه‌ای بزرگ‌ترین آفت بجه‌های مستعد
- ۱۱۷ ۳-۴ ویژن و میژن
- ۱۱۷ ۴-۴ تفاوت وورک، جاپ و پروفشن (کار، شغل، حرفه)
- ۱۱۸ ۵-۴ آرمان‌های توسعه پایدار
- ۱۱۹ ۶-۴ مهارت‌های کلیدی ده‌گانه در افق ۲۰۲۰
- ۱۱۹ ۷-۴ SOLVING COMPLEX PROBLEM
- ۱۲۲ ۸-۴ استدلال استقرایی
- ۱۲۲ ۹-۴ ویدیو آرتیکل
- ۱۲۳ ۱۰-۴ مهارت‌های لازم برای انسان ۲۰۳۰
- ۱۲۳ ۱-۱۰-۴ مهارت حل مشکل
- ۱۲۸ ۲-۱۰-۴ فکر انتقادی
- ۱۲۹ ۳-۱۰-۴ creativity or Innovation خلاقیت و نوآوری
- ۱۳۰ ۴-۱۰-۴ People Management مدیریت افراد
- ۱۳۱ ۵-۱۰-۴ coordinating with others مهارت‌های هماهنگ شدن با دیگران
- ۱۳۱ ۶-۱۰-۴ Emotiinal Intelligence هوش هیجانی
- ۱۳۱ ۷-۱۰-۴ Judgment Decision Making قضاوت و تصمیم‌سازی
- ۱۳۸ ۸-۱۰-۴ SERVICE ORIENTATION جهت‌گیری سرویس دهی
- ۱۴۰ ۹-۱۰-۴ Negotiation مذاکره
- ۱۴۰ ۱۰-۱۰-۴ cognitive Flexibility انعطاف‌پذیری شناختی

۱۴۱	ارتباطات	۱۱-۴
۱۴۲	موانع ارتباط درست	۱۲-۴
۱۴۳	پیش داوری	۱۳-۴
۱۴۴	ارتباط کلامی	۱۴-۴
۱۴۵	ارتباط غیر کلامی	۱۵-۴
۱۴۷	خودفاش سازی	۱۶-۴
۱۴۸	افتخار انعکاس یافته	۱۷-۴
۱۴۹	روش مذاکره NEGOTIATION	۱۸-۴
۱۵۰	فنون مذاکره	۱۹-۴
۱۵۷	دلایل و اهمیت مذاکره	۲۰-۴
۱۵۸	دلایل اهمیت مذاکره	۲۱-۴
۱۶۰	ویژگی‌ها و نگرش فردی برای موفقیت	۲۲-۴
۱۶۱	تعریف سواد	۲۳-۴
۱۶۳	انواع سواد	۲۴-۴
۱۶۳	سواد انرژی	۱-۲۴-۴
۱۶۳	سواد ارتباطی	۲-۲۴-۴
۱۶۳	سواد هیجانی	۳-۲۴-۴
۱۶۴	سواد مالی یا سواد اقتصادی	۴-۲۴-۴
۱۶۴	سواد رسانه‌ای	۵-۲۴-۴
۱۶۵	سواد تربیتی	۶-۲۴-۴
۱۶۵	سواد رایانه‌ای	۷-۲۴-۴
۱۶۵	سواد سلامتی	۸-۲۴-۴
۱۶۵	سواد نژادی و قومی	۹-۲۴-۴
۱۶۶	سواد بومی شناختی	۱۰-۲۴-۴
۱۶۶	سواد علمی	۱۱-۲۴-۴

۲۵-۴ جدید ترین تعریف سواد ۱۶۷

گفتار پنجم: در راه خویش ایثار باید، نه انجام وظیفه ۱۶۹

۱-۵ مقدمه ۱۶۹

۲-۵ در راه خویش ایثار باید، نه انجام وظیفه ۱۷۰

۳-۵ کاتارسیز (باز خورد) ۱۷۲

۴-۵ باز خورد عملکرد و انتقاد ۱۷۳

۵-۵ دریافت باز خورد ۱۷۴

۶-۵ روند باز خورد ۱۷۴

۷-۵ یادگیری دو حلقه‌ای و تک حلقه‌ای ۱۷۵

۸-۵ ماموریت MISSION و چشم انداز VISION ۱۷۷

۹-۵ ماموریت، میژن ۱۷۷

۱۰-۵ چشم انداز، ویژن ۱۷۸

۱۱-۵ مشخصات چشم انداز ۱۷۸

۱۲-۵ مقایسه چشم انداز و ماموریت فرد ۱۷۸

۱۳-۵ فلسفه وجودی ۱۷۹

۱۴-۵ هدف وسیله را توجیه نمی کند و یا هدف وسیله را توجیه می کند! ۱۸۰

۱۵-۵ چشم انداز VISION ۱۸۵

۱۶-۵ مثال‌های جذاب از بیانیه ماموریت و چشم انداز تعدادی از شرکت‌هایی بزرگ دنیا ۱۸۶

۱-۱۶-۵ شرکت تسلا TESLA ۱۸۶

۲-۱۶-۵ آمازون ۱۸۷

۳-۱۶-۵ شرکت کاتاگونیا ۱۸۷

۴-۱۶-۵ شرکت تد TED ۱۸۸

۵-۱۶-۵ شرکت لینکدین ۱۸۸

۶-۱۶-۵ شرکت گوگل google ۱۸۹

- ۱۸۹ ۷-۱۶-۵ شرکت اوبر
- ۱۸۹ ۸-۱۶-۵ شرکت ایر بی ان بی
- ۱۹۰ ۹-۱۶-۵ شرکت اینتل
- ۱۹۰ ۱۰-۱۶-۵ شرکت فراری
- ۱۹۰ ۱۱-۱۶-۵ شرکت گوددی
- ۱۹۱ ۱۲-۱۶-۵ شرکت ویکی مدیا
- ۱۹۱ ۱۳-۱۶-۵ فیسبوک
- ۱۹۱ ۱۴-۱۶-۵ شرکت ای پی
- ۱۹۲ ۱۵-۱۶-۵ شرکت ایکیا (IKEA)
- ۱۹۲ ۱۶-۱۶-۵ شرکت سیسکو Cisco
- ۱۹۲ ۱۷-۱۶-۵ شرکت سونی SONY
- ۱۹۲ ۱۸-۱۶-۵ شرکت خطوط هوایی ساوت وست Southwest
- ۱۹۳ ۱۹-۱۶-۵ شرکت ای دی پی (پردازش خودکار دارد) ADP
- ۱۹۳ ۲۰-۱۶-۵ شرکت کایزپرمننته KAISER PERMANENTE
- ۱۹۳ ۲۱-۱۶-۵ شرکت کوین بیس
- ۱۹۴ ۱۷-۵ بی مایه فتیره
- ۱۹۶ ۱۸-۵ از کجا بفهمیم نیاز آدم‌ها چه هست؟

۱۹۹ گفتار ششم: خود شناسی و پرزنتیشن

- ۱۹۹ ۱-۶ مقدمه
- ۱۹۹ ۲-۶ اعتماد به نفس
- ۲۰۰ ۳-۶ اعتماد به نفس SELF CONFIDENCE
- ۲۰۰ ۴-۶ خودپنداره SELF CONCEPT
- ۲۰۱ ۵-۶ هویت تجزیه‌ای یا هویت چندگانه
- ۲۰۱ ۶-۶ اعتماد به نفس CONFIDENCE

- ۶-۷ گام‌هایی برای مبدل شدن به فردی متکی به نفس تر ۲۰۴
- ۶-۸ هراس اجتماعی ۲۰۵
- ۶-۹ نظام خود پاداش دهی ۲۰۸
- ۶-۱۰ قوی نبودن ۲۰۹
- ۶-۱۱ سوالات سقراطی ۲۱۱
- ۶-۱۲ روش سقراطی ۲۱۱
- ۶-۱۳ اندیشه‌های مستقل و مستقلانه فکر کردن ۲۱۲
- ۶-۱۴ مولفه‌های اساسی روش سقراطی ۲۱۲
- ۶-۱۵ هفت نوع متفاوت شکل سوال سقراطی ۲۱۳
- ۶-۱۶ مهم‌ترین تفاوت «سی بی سی» و «آرای بی سی» با روانکاوان ۲۱۵
- ۶-۱۷ سوالات شرایطی خوب برای درمانگران ۲۱۷
- ۶-۱۸ محتوای سوال ۲۱۸
- ۶-۱۹ سوالات مفید ۲۱۸
- ۶-۲۰ فرآیند سوال ۲۱۸
- ۶-۲۱ مؤلفه‌های پنج‌گانه فرآیند سوال ۲۱۹
- ۶-۲۲ روش سقراطی عاری از محدودیت نیست ۲۱۹
- ۶-۲۳ صحنه گردانی ۲۱۹
- ۶-۲۴ حالات عصبی خود را درک کنید ۲۲۰
- ۶-۲۵ ادای سخنرانی ۲۲۲
- ۶-۲۶ تمرینات رفع ترس از سخنرانی در جمع ۲۲۵
- ۶-۲۷ اهمیت تمرینات در بهبود ترس از سخنرانی ۲۲۵
- ۶-۲۸ نکات مهم ترس از سخنرانی در جمع ۲۲۸
- گفتار هفتم: بهتر زیستن** ۲۳۱
- ۷-۱ مقدمه ۲۳۱

- ۲-۷ انگیزه ۲۳۱
- ۳-۷ فرآیند انگیزه ۲۳۲
- ۴-۷ لیست موانع ۲۳۴
- ۵-۷ عزت نفس ۲۴۰
- ۶-۷ عزت نفس چیست؟ ۲۴۰
- ۷-۷ اهمیت و فواید عزت نفس در زندگی ۲۴۰
- ۸-۷ اهمیت دادن به فواید عزت نفس بالا در زندگی ۲۴۴
- ۹-۷ چرا عزت نفس نداریم؟ ۲۴۴
- ۱۰-۷ گفتگوی درونی منفی دشمن عزت نفس ۲۴۵
- ۱۱-۷ خودتان را سرزنش نکنید ۲۴۵
- ۱۲-۷ عزت نفس پایین در روابط عاطفی ۲۴۶
- ۱۳-۷ با کسی که عزت نفس پایین دارد چگونه رفتار کنیم؟ ۲۴۷
- ۱۴-۷ اعتماد به نفس ۲۴۷
- ۱۵-۷ علائم و عوارض اعتماد به نفس بالا ۲۴۸
- ۱۶-۷ علائم و عوارض اعتماد به نفس پایین ۲۵۰
- ۱۷-۷ اعتماد به نفس در نوجوانان ۲۵۲
- ۱۸-۷ اهمیت یادگیری روش‌های افزایش اعتماد به نفس در نوجوانان ۲۵۲
- ۱۹-۷ افزایش اعتماد به نفس در نوجوانان ۲۵۳
- ۲۰-۷ افزایش اعتماد به نفس در نوجوانان ۲۵۷
- ۲۱-۷ اعتماد به نفس در کودکان ۲۵۷
- ۲۲-۷ لازمه افزایش اعتماد به نفس در کودکان ۲۵۸
- ۲۳-۷ راه‌های افزایش اعتماد به نفس در کودکان ۲۵۹
- ۲۴-۷ راه‌هایی برای افزایش قدرت اراده و تصمیم‌گیری ۲۶۴
- ۲۵-۷ چرا داشتن قدرت اراده و تصمیم‌گیری لازم است؟ ۲۶۵
- ۲۶-۷ روش‌های تقویت قدرت اراده و تصمیم‌گیری ۲۶۶

- ۲۶۸ ۲۷-۷ عصبانیت و خشم
- ۲۶۸ ۱-۲۷-۷ چطور عصبانیت و خشم را کنترل کنیم؟
- ۲۶۸ ۲-۲۷-۷ چرا کنترل عصبانیت و خشم مهم است؟
- ۲۶۹ ۲۸-۷ ضرورت کنترل خشم
- ۲۷۰ ۲۹-۷ نقش مسئولیت پذیری در کنترل عصبانیت و خشم
- ۲۷۱ ۱-۲۹-۷ خشم انسان ناشی از چیست؟
- ۲۷۱ ۲-۲۹-۷ هنگامی که خشمگین می شویم در بدن ما چه اتفاقاتی می افتد؟
- ۲۷۱ ۳۰-۷ راه‌های موثر کنترل خشم و عصبانیت

پیش‌گفتار

به نام پروردگار مهربانی و فراوانی، به نام عشق

سال‌ها دل طلب جام جم از ما می‌کرد و آن چه خود داشت زیگانه تمنا می‌کرد
گوهری کز صدف کون و مکان بیرون است طلب از گم شدگان لب دریا می‌کرد

بعد از طی دوره‌های مختلف رشد فردی و مهارت‌های زندگی و تجربه سال‌ها تدریس و مربیگری و برگزاری دوره‌های مختلف آموزشی و همچنین مدت‌ها مطالعه و تحقیق در زمینه علوم ذهنی و علوم ارتعاشی و در نهایت تفحص و جستجو در مسیر معنویات و تجربه‌های عرفانی، توانستم به جایگاهی برسم که خودم و احساسم را درک کرده و فلسفه و معنای زندگی خودم را پیدا کنم. قبل از نگارش این کتاب، کتاب‌های «چگونه فردی عالی باشیم؟» را در زمینه مهارت‌های زندگی و توسعه شخصی، «انسانی با شخصیت خداگونه» و «انسانی با شخصیت ارتعاشی» را در زمینه چگونگی استفاده از ابزارها، امکانات و همچنین توانمندی‌های فردی و نیروهای درونی برای ساختن فرداهایی بهتر، به چاپ رساندم. پس از آن، پروردگار دروازه جدیدی بر روی من گشود که برایم حاوی تجربیات شگرف و خارق‌العاده‌ای شد که تمامی ابعاد وجودم از جمله: شناخت، رفتار و هیجان را تحت الشعاع قرار داد. طی طریق در مسیر زندگی برای هر انسانی در عین سختی‌ها، شیرینی و لذت خارق‌العاده در پی خواهد داشت. تصمیم گرفتم در هفت جلد مختلف و به مرور زمان، بهره‌ای احساسم در این زمینه‌ها را با شما به اشتراک بگذارم، تجربیاتی که قطعاً می‌تواند گره‌گشا و هدایت‌گر نیز باشند.

شاگردی در مکتب استاد عزیز جناب دکتر هومن نامور و کسب دانش در زمینه کوچینگ باعث شد نیاز به پیش‌مقدمه‌ای را احساس کنم و چه بهتر که در زمینه مباحث مربوط به کوچینگ و شناخت

آدم‌ها از خود باشد. برای همین جلد اول را با نام «در مسیر رؤیاها» به چنین مطالبی اختصاص دادم تا برای درک قوی‌تر مطالب هفت جلد پیش رو، همگی ما روند درست و مرحله به مرحله رشد قوای ذهنی و درک عمیق عرفانی را به درستی طی کنیم. باشد که ضمن استفاده از مطالب این کتاب که قطعاً برای همه افراد، از جمله پدر و مادرها و یا هر فرد آموزشی و حتی هر شخصی در هر جایگاهی که باشد می‌تواند بسیار ارزشمند و فوق‌العاده باشد. لطفاً با من با کتاب «در مسیر رؤیاها» همراه باشید تا بتوانم مطالب اصلی را در هفت جلد پیش رو با شما به اشتراک بگذارم. لطفاً ادای احترام من را بپذیرید.

سایو

صابر علی محمدی

تابستان ۱۴۰۱

On the Way to Dreams

Saber Alimohamadi (sayo)

این روزها حتما اصطلاح «کوچینگ» را بسیار می شنوید؛ نوعی مشاوره که در میان مردم و به خصوص قشر تحصیل کرده و قهرمانان بزرگ و افراد مطرح، اقبال فراوانی پیدا کرده و توانسته راهگشایی‌های بزرگی در ابعاد مختلف زندگی آن‌ها ایجاد کند. اگر شما از کسانی که به سراغ کوچینگ رفته‌اند بپرسید، در می‌یابید که اعتقاد دارند در زندگی آن‌ها تحول بزرگی رخ داده است. اما کوچینگ به چه معناست و کوچینگ چیست؟

همه ما به افرادی نیاز داریم تا به ما بازخورد بدهند تا ما عملکردمان را بهبود ببخشیم.

اکثر بنیان‌گذاران شرکت‌های بزرگ دنیا در خاطرات خود درباره کوچینگ می‌گویند:

زمانی که در حال ساخت کسب و کارهای اولیه شان بودند، متوجه این شدند که بزرگ‌ترین محدودیت در رشد شرکت‌ها، «رشد شخصی خودشان» به عنوان پایه گذار و مدیرعامل است. بنابراین اولین کارشان استخدام یک کوچ بوده است. طی ماه‌ها و سال‌ها، برای برنامه‌های توسعه استراتژیک، حیات بخشیدن به ارزش‌های شرکت، کار از طریق موقعیت‌های بین فردی پراسترس این اشخاص را یاری کردند و باعث قاطع‌تر و مصمم‌تر شدن و در نتیجه رشد شخصی و موفقیت بی‌نهایت برایشان شده که ارزشش غیرقابل وصف است. اما چگونه؟

