

# تفاوت کوچینگ و مشاوره چیست؟



نویسنده: تیم تحریریه ناصر حقیقی

لینک صفحه: <https://b2n.ir/x17314>

## مقدمه:

همه ما با کلمه مشاوره آشنا هستیم و هر زمانی که نیاز داشتیم، از کسی راهنمایی و مشورت بگیریم به مشاوره مراجعه کرده‌ایم اما باید دقیقا بدانید که تفاوت کوچینگ و مشاوره چیست و هر کدام به نوبه خود چه معنا و چه کاربردی دارد.

# تفاوت کوچینگ و مشاوره چیست؟



## تفاوت کوچینگ و مشاوره

امروزه با مطالعه و تحلیل تخصصی نیازها، افراد، نیازمند حرفه جدید هستند. در واقع امروزه مشاوره گرفتن و رفتن به مشاوره برای افرادی که مشکلات احساسی یا خانوادگی ... روبه‌رو هستند، به امری رایج و عادی تبدیل شده و بخشی از روزمرگی‌ها به حساب می‌آید، اما کوچینگ برای بسیاری ناآشنا است و ابهامات زیادی دارد.

در مطالعه‌ای که از سوی انجمن بین المللی کوچ ICF صورت گرفته است، حاکی از آن است که بسیاری از تفاوت‌های این مابین بدون اطلاع هستند و آگاهی چندانی ندارد. در بررسی سال ۲۰۰۷ از سوی مطالعات بین المللی آگاهی مشتری Global consumer awareness study انجام شده است از شرکت کنندگان خواسته شده بود تا تعریف کوچینگ را از میان تعاریف، راهنمایی گرفتن مشاوره و آموزش انتخاب کنند.

۳۰ درصد از ۲۷ هزار نفر مشارکت کننده تعریف کوچینگ را درست و ۷۰ درصد تعریف آن را نادرست انتخاب کردند.

مطابق با این بررسی حاکی از آن است، بسیاری از مراجعه کنندگان درک روشنی از تفاوت کوچینگ و مشاوره ندارند. همچنین در بازار و در بین افرادی که فکر می‌کنند و کوچینگ را می‌شناسند، برداشت درستی از تفاوت کوچینگ و مشاوره وجود ندارد.

# تفاوت کوچینگ و مشاوره چیست؟



- مهم ترین اشتباه در بین پاسخ‌دهندگان این بود که بیشتر افراد کوچینگ را با مشاور اشتباه می‌گرفتند و آن را یکی فرض می‌کردند.
- ۲۶ درصد فکر می‌کردند کوچینگ همان مشاوره و راهنمایی گرفتن است.
- کوچینگ ریشه در روانشناسی و مشاوره دارد ولی در کوچینگ از قسمت گذشته عبور کرده و در مورد آینده و نقش‌های تعیین کننده آن صحبت می‌شود.

## اصلی ترین وجه تفاوت کوچینگ و مشاوره:

اصلی‌ترین وجه تمایز مشاوره و کوچینگ در تمرکز مشاور بر گذشته‌ی فرد است و تمرکز کوچینگ بر وضعیت امروز و فردای اوست.



کوچینگ بر مبنای عمل و اقدام است. مشاور درباره حل مشکلات توصیه مستقیم می‌کند اما در کوچینگ، فرد به کمک کوچ راه حلی از درون خویش میابد اما در مشاوره، راه حل را به طور مستقیم ارائه می‌دهد.

# تفاوت کوچینگ و مشاوره چیست؟



مشاوره کمک می‌کند تا فرد آرامش خود را بازیابد ولی در کوچینگ به فرد کمک می‌شود استعداد خودش را شناسایی کند.

مراجعه کننده به مشاوره در زمینه که تخصص دارد مراجعه می‌کنند مثلاً در امر ازدواج در حالی که در کوچینگ مراجعه کننده نزد کوچ می‌رود تا فرایند کوچینگ را در موضوع مورد علاقه خود به کار می‌گیرند.

## تنظیم دستور کار بر اساس گفته چه کسی؟

در مشاوره گرفتن، این مشاور است که تصمیم می‌گیرد مراجعه کننده به چه صورت رشد کند، او طرحی از موفقیت در ذهن خود دارد و بر اساس آن برنامه ریزی می‌کند.

اما در کوچینگ مراجعه کننده است که دستور کار را تنظیم می‌کند چه کاری را انجام بدهیم به کجا برسیم؟ و جلسه با دستورالعمل مراجعه کننده آغاز می‌شود، اگر مراجعه کننده نداند چه می‌خواهد و به چه چیزی برسد و چه چیزی را شروع کند، کوچ از او سوال می‌پرسد تا بتواند آن را ترسیم کند.

## روش یادگیری کوچینگ و مشاوره

در مشاوره مراجعه کننده سوال می‌پرسد و مشاور همه‌ی پاسخ‌ها را دارد، نقش مشاور انتقال اطلاعات و تجربیات به مراجعه کننده است.

# تفاوت کوچینگ و مشاوره چیست؟



ولی در کوچینگ نقش کوچ پرسیدن سوال برای رسیدن به درک و بینشی است که مراجعه کننده را وادار کند که از تواناییها و استعدادهایش بگوید.

## کوچینگ شما را به کجا هدایت می کند

در مشاوره، مشاور مراجعه کننده را در مسیر تعلیم و راهنمایی گرفتن به زندگی اش دعوت می کند، درباره زندگی و رابط و کارهای خودش صحبت می کند، اما در کوچینگ کاملاً متفاوت است. کوچ، مراجعه کننده را به زندگی خویش فرا می خواند و به او کمک می کند تا زندگی خودش را در زوایای مختلف ببیند و نقاط قوت خودش را شناسایی کند. این زندگی خود مراجعه کننده است و مراجعه کننده به آن دعوت شده است.

## نتیجه گیری:

کوچینگ می تواند به شما کمک کند مسائل خود را بهتر بشناسید، از تصورات، باورها، عادات، نگرش ها ، رفتارها، شایستگی ها، ارزش ها و آگاهی بیشتر آگاه شوید.

# تفاوت کوچینگ و مشاوره چیست؟

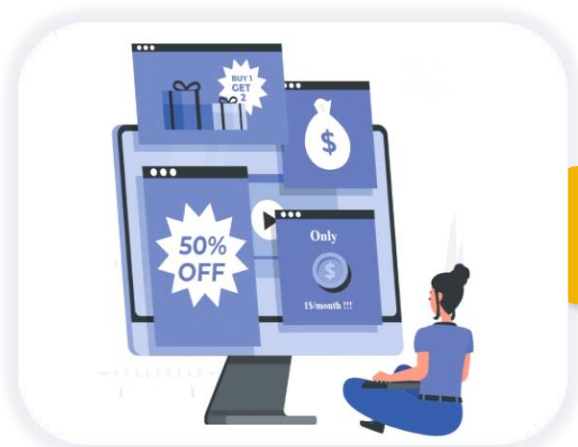


در حالت ایده‌آل یک کوچینگ در کنار شماست و از تفکر شما پشتیبانی می‌کند، به شما پاسخ نمی‌دهد، اما با شما کار می‌کند در حالی که آگاه‌تر می‌شوید و راه حل‌ها و ایده‌های خود را که با ارزش‌ها و عمیق‌ترین نیازهای شما مطابقت دارد، ارائه می‌دهید.

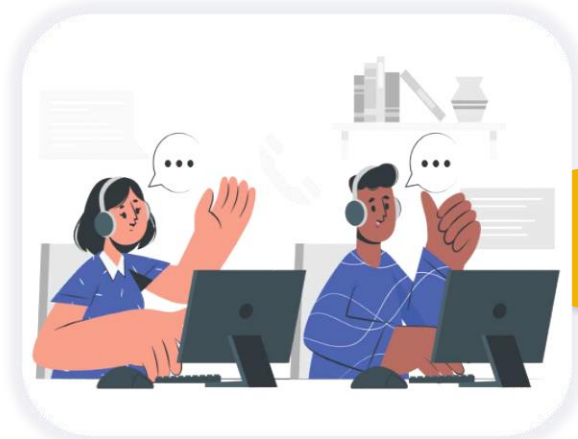
# تفاوت کوچینگ و مشاوره چیست؟



## بیشتر بخوانید ...



۶ اصل اساسی روانشناسی فروش



۵ نکته مهم در فروش تلفنی



۹ تکنیک اصلی فروش