کارگاه
آموزشی

زی کوچ

مهارت سکوت

ماژول سوم جلسه چهارم

نسبت به این جمله‌ها چه احساسی دارید؟

معلوم نیست چی میشه.

نمی‌دونم.

کسی از فردای خودش خبر نداره.

کی مرده کی زنده

چارچوب مشخصی نداره.



مراجع مسئول نتایجی است که به دست می‌آورد

وادی حیرت

بعد ازین وادی حیـــــــرت آیدت　　کار دایم درد و حســـــــــرت آیدت

هر نفس اینجا چو تیغی باشدت　　هر دمی اینجا دریـــــــــغی باشدت

آه باشد، درد باشد، ســـــــوز هم　　روز و شب باشد، نه شب نه روز هم

عطار

گفتگو کنید

با سکوت و نمی‌دانم‌های مراجع چه باید کرد؟





سکوت و **نمی‌دانم**
هر دو پاسخ هستند

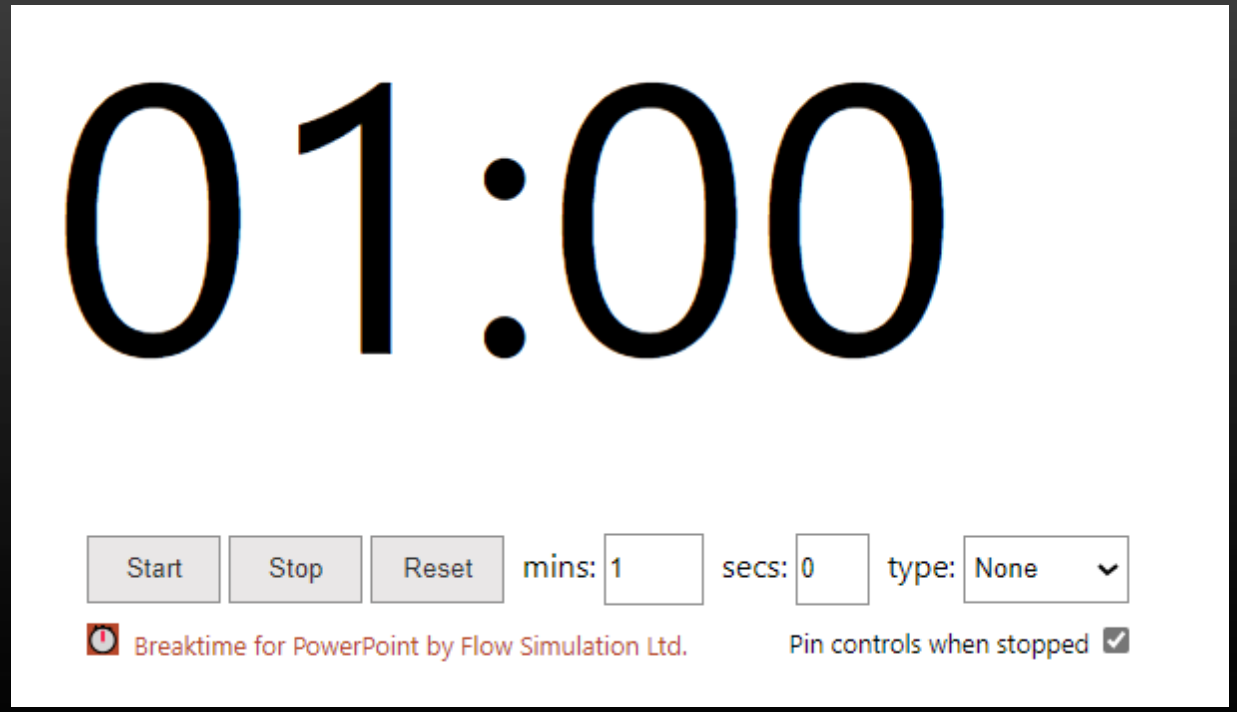
گفتگو کنید

تفاوت شرایط ابهام یا سردرگمی مراجع با ابهام در صحبت ها چیست؟



به وقت بازی

بازی درونی



سکوت

از صلاحیت‌های کوچینگ است.

ابزارهای رسیدن به این صلاحیت:

۱. قرار درونی

۲. بالا بردن زمان درونی

۳. تحمل ابهام و تاب‌آوری

سکوت در کوچینگ!

پیش فرض سکوت در کوچینگ **ارتباط موثر** است.

پس این سکوت‌ها منظور نیست:

- نمایش قدرت
- اعلام اعتراض
- درخواست امتیاز
- معذب کردن دیگری


Oscar
Grace
Alife
Achieve
Clear
Grow
انواع
مدل‌های
کوچینگ

رهیاری و مدل اسکار

O	S	C	A	R
Outcome	Situation	Choices	Actions	Review
خروجی	شرایط	انتخاب و عواقب	اقدام‌ها	بازبینی

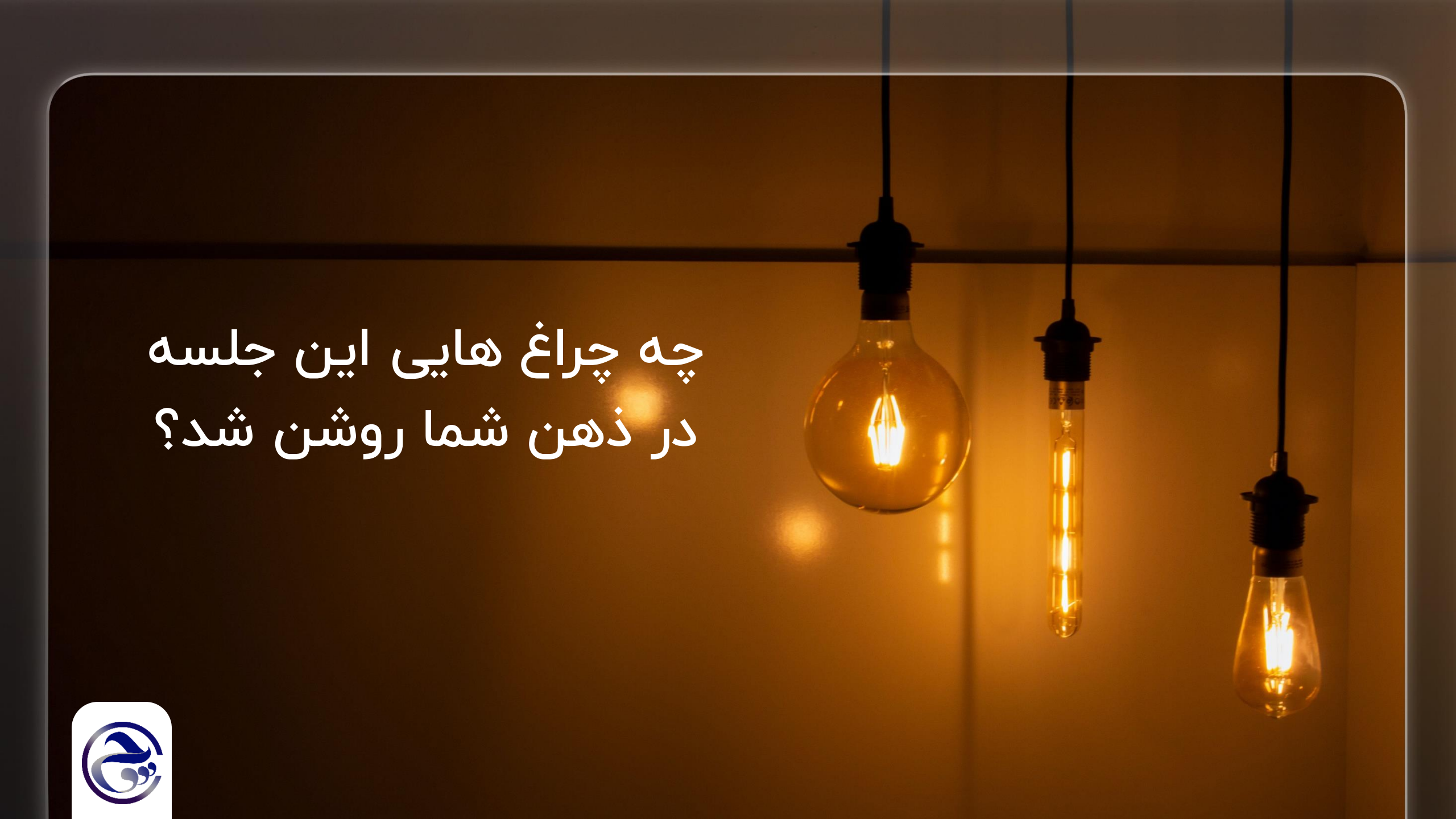
رهیاری و مدل گرو

G — Goal — هدف

R — Reality — واقعیت فعلی

O — Options — فرصت‌ها/گزینه‌ها

W — Will — خواسته‌ها


چه چراغ هایی این جلسه
در ذهن شما روشن شد؟