

## تفاوت مشاور با کوچ چیست؟

مشاوران بیشتر راهکارهای تخصصی جهت رفع یک مشکل یا درمان یک اختلال را ارائه می‌دهند. آنها بیشتر متمرکز بر گذشته افراد هستند و به دنبال چرایی برخی از مسائل و اتفاقات می‌گردند و سعی می‌کنند با همفکری با مراجعه‌کننده یا ارائه راهکار تخصصی قدمی در رفع مشکل او بردارند.

کوچینگ با مشاوره و روانشناسی متفاوت است. یک مراجعه‌کننده در فرآیند کوچینگ خود پاسخ سوالاتش را در درون جستجو می‌کند و با آگاه تر شدن رشد می‌نماید. این آگاهی و خرد از درون به او داده می‌شود، نه بیرون.

همه ما ممکن است گرفتار دردهای روحی و روانی باشیم که بر اساس رخدادهای زندگی در زمانهای مختلف دچارش شده ایم.

مثلاً: - از بین رفتن یک رابطه،

- از دست دادن یک عزیز،

- تجربیات خشن در دوران کودکی

و مواردی از این دست.

در مشاوره روانشناسی تمرکز بر درمان این دردهاست و معمولاً به میزان زیادی نگاه به گذشته فرد است. اما در کوچینگ بر زمان حال و رسیدن به اهداف تمرکز می‌شود.

«کوچینگ یک پروسه درمانی نیست بلکه یک فرآیند ارتقای کیفیت و تحول است»

دیدگاه کوچینگ به مراجعه‌کنندگان بدون قضاوت بوده و مراجعه‌کنندگان را به عنوان فردی توانمند که قادر به حل مشکلات خود و پیدا کردن راه حل و رشد است، می‌بیند.

کوچینگ در کنار مراجعه‌کنندگان در مسیری که وی رشد می‌نماید همسفر و همراه و حامی مراجعه‌کنندگان بوده تا وی به سرمنزل مقصود برسد. در مشاوره یا Consulting، فرد مشاور یک تخصصی دارد و یک سری راه حل دارد برای یک سری از مشکلات مشخص که حرفه‌ی بی نظیر و فوق العاده‌ای است. در برخی موارد افراد از مشاور استفاده می‌کنند تا راه حل‌های مشخصی به سوالات و مشکلاتشان ارائه دهند. اما در کوچینگ تفاوت این است که کوچ یا مربی کمک می‌کند با ابزارهایی که دارد که مراجع خودش راه حل‌هایش را پیدا کند و تفاوت این است که وقتی فرد خودش راه حل‌های اختصاصی و انحصاری خودش را پیدا می‌کند، معمولاً مقیدتر خواهد بود بر انجام آن‌ها.