

نقش کوچینگ در اصلاح روابط افراد

امروزه داشتن رابطه ای مناسب و بدون مشکل دغدغه خیلی از مردم ماست. آمار بسیار بالا طلاق نشانگر آن است که زوج ها در داشتن ارتباط و درک درست از همدیگر دچار مشکل هستند. در همین لحظه است که کوچینگ رابطه ای با دادن راهکار مناسب و اصولی از فروپاشی رابطه افراد جلوگیری میکند و سپس شیوه درست رابطه را به طرفین می آموزد.

چکیده مطالب

- ریلشنشپ کوچینگ (Relationship Coaching) یا کوچینگ رابطه چیست؟
- کوچ رابطه ای برای کسانی که جدا شده اند هم استفاده میشود؟
- جلسات کوچینگ رابطه ای تک نفره برگزار میشود یا در حضور هر دو نفر؟
- چه تفاوتی میان کوچ روابط، کوچ ازدواج، کوچ قرارهای عاشقانه، کوچ عشق و کوچ خانواده وجود دارد؟
- چگونه میتوانم بهترین کوچ رابطه را انتخاب کنم؟
- چگونه میتوانیم کوچ رابطه بشویم؟ از کجا باید شروع کنیم؟
- درخواست مشاوره
- مشاوره آموزشی رایگان

ریلشنشپ کوچینگ (Relationship Coaching) یا کوچینگ رابطه چیست؟

کوچینگ رابطه یا ریلشنشپ کوچینگ شاخه ای از لایف کوچینگ است که به افراد کمک میکند تا در روابط شخصی خود به دستاورد بزرگی برسند و ان را بهبود بخشند. کوچ رابطه به افراد کمک می کند تا اهدافی برای

روابط خود مشخص و شرایط و روابط فعلی را بهتر درک کنند، در زندگی و روابط زناشویشان پیشرفت کنند، با غم از دست رفتن عزیزی کنار بیایند، و یا قدم های جدیدی در روابط عاشقانه بلند مدت خود بردارند.

کوچ رابطه یا ریلیشنشپ کوچ معمولا تجربیات و اطلاعات زیادی درباره زمینه های متفاوت روابط دارد، از روابط رومانتیک و عاشقانه گرفته تا دیگر جنبه خانوادگی و روابط دوستانه!

این زیر شاخه از کوچینگ به مشتریان و یا مراجعین کمک میکند تا از افکار مسمومتان رها شوند و خود، بینش روابط خود را ایجاد کنند. این بدین معناست که مشتریان میتوانند حتی بدون حضور پارتنر و یا شریک خود در جلسات و یا حتی در طول فرایند، از یک رابطه مفید و سالم لذت ببرند.



کوچ رابطه ای برای کسانی که جدا شده اند هم استفاده میشود؟

ریلشنشیپ کوچ ها حتی میتوانند به افرادی که رابطه عاشقانه ای هم ندارند کمک کنند. آن ها به افراد مجردی که تجربیات تلخی از روابط گذشته دارند، یا آن ها که مشخصاً نمیدانند از رابطه چه انتظاراتی دارند کمک میکنند. همچنین افرادی که به دنبال شریک خاصی هستند و یا آن ها که ترجیح میدهند عشق به سراغ آن ها بیاید میتوانند از تجربیات و کمک کوچ های رابطه استفاده ببرند.

جلسات کوچینگ رابطه ای تک نفره برگزار میشود یا در حضور هر دو نفر؟

در کوچینگ روابط برای برخی از کوچ ها حضور هر دو شریک و یا پاتنر در جلسات الزامی نیست. برخی دیگر از کوچ ها ترجیح میدهند که با هر دو شریک و یا پارتنر کار کنند نحوه درست برقراری ارتباط را آموزش دهند. همچنین تعارضات و [مشکلات بین دو فرد](#) را حل کنند و یا از برخی دیگر از ابزارهای متفاوت برای حل مشکلات استفاده کنند.

ریلشنشیپ کوچ ها نیز مانند لایف کوچ ها به افراد کمک میکنند تا عملکرد خود را بهبود بخشند. آن ها به شما کمک میکنند تا هر چه سریعتر ماهیت خواسته و انتظار خود را از روابط درک کنید. آن ها در رابطه با مسائل

دردآور، شما را راهنمایی میکنند تا هنگامی که با ترستان روبرو می شوید و خواسته واقعیتان را کشف می کنید ،
خانه ای امن برای خودتان ایجاد کنید.

چه تفاوتی میان کوچ روابط، کوچ ازدواج، کوچ قرارهای عاشقانه، کوچ عشق و کوچ خانواده وجود دارد؟

هر کدام از کوچ های فوق در زمینه خاصی تبحر دارند حال فرقی ندارد که مربوط به عشق و احترام خانواده باشد یا ازدواج و قرارهای عاشقانه! البته باید دانست که موارد مشترک بسیاری میان تمامی این ها هست. درست مثل اینکه در زندگی روزمره ما نیز بین عشق و ازدواج ، قرارهای عاشقانه و روابط ، موارد مشترک بسیاری یافت میشود. اگر شما متاهل نیستید اما میخواهید ازدواج کنید بهتر است به یک دیتینگ کوچ (کوچ قرار های عاشقانه) مراجعه کنید. (البته شماره مریچ کوچ یا همان کوچ ازدواج را هم برای بعدا نگه دارید.) اگر دائما در حال بحث و جدل با خواهرتان هستید بهتر است به فمیلی کوچ یا ریلیشنشیپ کوچ مراجعه کنید. و البته در این زمینه به کمک لاو کوچ ها که در زمینه عشق و روابط عاشقانه مهارت دارند نیازی ندارید.

تجربیات و اطلاعات هر کدام از کوچ ها با هم متفاوت است اما هر یک از ان ها میتوانند در جوانب متفاوت زندگی به شما کمک کنند. به طور کلی، ریلیشنشیپ کوچ ها میتوانند در هر نوع رابطه ای به شما کمک کنند. مریچ کوچ ها و یا کوچ های ازدواج میتوانند به افراد متاهل کمک کنند و دیتینگ کوچ ها یا کوچ های قرارهای عاشقانه و لاو

کوچ ها میتوانند به افراد در رابطه با [زندگی عاشقانه](#) مشاوره دهند. در آخر فمیلی کوچ ها یا کوچ های خانواده میتوانند برای حل مشکلات خانوادگی مفید باشند.



چگونه میتوانم بهترین کوچ رابطه را انتخاب کنم؟

برخلاف آن چه که بسیاری از مشتریان فکر میکنند، برای پیدا کردن بهترین کوچ، فاصله جغرافیایی فاکتور چندان مهمی نیست. بسیاری از کوچ های میتوانند از طریق تماس و ایمیل و یا حتی تماس ویدیویی به شما کمک کنند. این مسئله انعطاف پذیری زمانی بیشتری را برای هر دو مشتری و خود کوچ ممکن میسازد. همچنین کوچ ها میتوانند مشتریان بسیار بیشتری داشته باشند و آن ها را راهنمایی کنند. تعیین وقت مشاوره با یکی از کوچ های

شهرتان به اندازه تعیین وقت مشاوره با یکی از کوچ های آن سر کشور راحت و آسان است. اینکه کوچ مناسبی را انتخاب کنید از مکان و موقعیت جغرافیایی او مهم تر است.

چگونه میتوانیم کوچ رابطه بشویم؟ از کجا باید شروع کنیم؟

این زیر شاخه از کوچینگ در مقایسه با دیگر زیرشاخه ها رشد بسیار بیشتری داشته است. با وجود آمار بالای طلاق (بیش از پنجاه درصد) و افت روزافزون آمار ازدواج ، نیاز به آن هر روز بیشتر از دیروز احساس میشود.

آیا ریلیشنشیپ کوچ ها میتوانند خانواده ها را از خطر جدایی حفظ کنند؟

ریلیشنشیپ کوچ ها به خانواده ها کمک میکنند تا مشکلات را حل و فصل کنند. اما اینکه بتوانند از خطر جدایی جلوگیری کنند را تضمین نمیکند. با کوچینگ مشکلات واقعی خانواده مشخص میشوند تا بتوان آشکارانه درباره آن ها صحبت کرد. برای مثال کوچینگ به افراد کمک میکند تا نقش واقعی خود را در خانواده درک کنند. نقش و وظایف آن ها چیست و یا حتی نقش و وظایف دیگران چیست؟

از آن جا که با کوچینگ مسائل پنهانی مطرح میشوند و مشکلات آشکارانه حل میشوند. حتی اگر فقط یک نفر از اعضای خانواده از یک کوچ کمک بگیرد. روابط میان تمامی اعضای خانواده بهبود مییابد.

تمامی اعضای هر خانواده ای میتوانند از کمک کوچ ها استفاده کنند. اما این را هم باید در نظر گرفت که خانواده مجموعه از افراد متفاوت است که هر یک از ان ها نگرانی ها و ترس های به خصوص خود را دارند. برخی از خانواده شاید با پیشرفت فرایند کوچینگ به هم نزدیکتر شوند. در حالی که این مسئله برای برخی دیگر صدق نمیکند.