

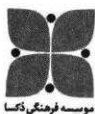
ترجمه جواد کریمی
الن ون اوستن
ملوین اسمیت
ریچارد بویاتزیز

امکان

کمک به دیگری

مربیگری برای ایجاد
تغییرات پایدار
در سطح فردی

www.ketab.ir



سرشناسه: بویاتزیس، ریچارد ای.، ۱۹۴۶-م. -Boyatzis, Richard E., 1946-
عنوان و نام پدیدآور: کمک به دیگری: مربیگری برای ایجاد تغییرات پایدار در سطح فردی / ریچارد بویاتزیس، ملوین اسمیت، الن ون اوستن؛
مترجم جواد کریمی؛ ویراستار وحید موسوی داور.
مشخصات نشر: تهران: موسسه فرهنگی و هنری دیدگاه کاوش و سازندگی دکسا، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری: [۶۰] ص: ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۴۰۸۵-۹-۹

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: [2019] Helping people change : coaching with compassion for lifelong learning and growth
یادداشت: کتاب حاضر قبلاً با عنوان کمک به افراد برای تغییر (مربیگری با دلسوزی برای یادگیری و رشد مادام‌العمر) با ترجمه شرکت هلدینگ فاخر
توسط انتشارات اورنگ در سال ۱۴۰۰ فیبا گرفته است.
یادداشت: نمایه.

عنوان دیگر: مربیگری برای ایجاد تغییرات پایدار در سطح فردی.

عنوان دیگر: کمک به افراد برای تغییر (مربیگری با دلسوزی برای یادگیری و رشد مادام‌العمر).

موضوع: مربیگری زندگی [Personal coaching]؛ مشاوره تربیتی [Mentoring]؛ خودسازی [Self-actualization (Psychology)]؛
هوش هیجانی [Emotional intelligence]

شناسه افزوده: اسمیت، ملوین

شناسه افزوده: Smith, Melvin (Melvin L).

شناسه افزوده: ون اوستن، الن

شناسه افزوده: Van Oosten, Ellen

شناسه افزوده: کریمی، جواد، ۱۳۶۲-، مترجم

رده بندی کنگره: BF۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۳

شماره کتابشناسی ملی: ۹۱۵۳۵۵۱

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا



موسسه فرهنگی دکسا

عنوان: کمک به دیگری

مربیگری برای ایجاد تغییرات پایدار در سطح فردی

نویسندگان: ریچارد پوینگز، فلوین اوستن، الین ون اوستن

مترجم: جواد کریمی

ویراستار: وحید موسوی داور

طراح جلد: پرویز بیانی

صفحه‌آرا: سمانه حسن‌زاده

نوبت چاپ: اول، ۱۴۰۲

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: شادرینگ

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۴۰۸۵-۹-۹

قیمت: ۲۰۰۰.۰۰۰ ریال

موسسه دیدگاه کاوش و سازندگی (دکسا)

نشانی: ایران، تهران، صندوق پستی ۱۴۶۵۵۹۴۳

Email: publication@doxa-v.org

تلفن: ۰۲۱۵۴۹۳۲۲۲۲



doxa_vision

www.doxa-v.org

مجاز چاپ و نشر این اثر به فارسی، از انتشارات Harvard Business Review Press به موسسه دیدگاه کاوش و سازندگی دکسا واگذار شده است.

فهرست

۱	مقدمه
۳	فصل اول: گوهرِ یآوری و کمک
۱۷	فصل دوم: گفت‌وگوهای الهام‌بخش
۳۷	فصل سوم: مربیگری مشفقانه
۶۵	فصل چهارم: برانگیختن میل به تحول
۹۷	فصل پنجم: بقا و رشد
۱۲۹	فصل ششم: قدرت چشم‌انداز فردی
۱۶۱	فصل هفتم: پرورش رابطه‌ای تشدیدشونده
۱۹۱	فصل هشتم: ایجاد فرهنگ مربیگری یا کمک
۲۱۹	فصل نهم: تشخیص لحظات مربی‌پذیری
۲۳۷	فصل دهم: ندای شفقت
۲۴۷	دربارهٔ پدیدآورندگان
۲۵۱	نقدی بر کتاب
۲۵۳	نمایه

مقدمه

سعی دارید کمک کنید... اما آیا موفق می‌شوید؟

کمک به دیگران کار خوبی است. اغلب - به عنوان رهبر، مدیر، پزشک، معلم یا مربی - وظیفه اصلی شما همین است. اما حتی تلاش‌های از سرِ حسن نیت برای کمک به دیگران هم ممکن است با حقیقتی ساده تضعیف شود: ما اغلب روی «اصلاح» دیگران، تصحیح اشکالات آن‌ها یا کاهش فاصله بین «کسی که هستند» و «کسی که فکر می‌کنیم باید باشند» متمرکز می‌شویم. متأسفانه، این روش برای الهام‌بخشی و ایجاد یادگیری یا تغییر مثبتِ مداوم چندان مؤثر نخواهد بود.

راه بهتری هم وجود دارد. در این کتاب ارزشمند و عملی، ریچارد بویاتزیس^۱، کارشناس هوش هیجانی، و همکاران مدرسه مدیریت و ترهد^۲، ملوین اسمیت^۳ و الن ون اوستن^۴، پیامی شفاف و آگاهی‌بخش برایمان دارند. آن‌ها می‌گویند که راه کمک به یادگیری و تغییر دیگران تمرکز بر رفع مشکلات نیست، بلکه باید از طریق آینده‌ای سازنده یا رؤیایی الهام‌بخش یا هدفی که آرزویش را دارند، با دیگران ارتباط گرفت. این کاری است که مربیان بزرگ می‌کنند: آن‌ها می‌دانند که مردم از رؤیاهای خود نیرو می‌گیرند و همان نیرو

1. Richard Boyatzis

2. Weatherhead School of Management colleagues

3. Melvin Smith

4. Ellen Van Oosten

است که باعث ثبات تلاش‌هایشان برای تغییر، حتی در شرایط سخت، می‌شود. در مقابل، رویکردهای مشکل‌محور باعث ایجاد واکنش‌هایی زیستی می‌شوند که فرد را در حالت تدافعی قرار می‌دهد و احتمال پذیرش ایده‌های جدید کمتر می‌شود.

این نویسندگان از داستان‌های باارزش و انگیزه‌بخش واقعی در کنار دهه‌ها آزمایش اصیل استفاده کرده‌اند تا نشان دهند چگونه این حالت مثبت و متمایز مربیگری - که آن را «مربیگری مشفقانه» می‌نامند - دیگران را برای تفکر خلاقانه آماده می‌سازد و به آن‌ها کمک می‌کند تا به شکلی معنادار و پایدار به دنبال یادگیری و تغییر بروند.

کمک به دیگری با سؤالات و تمرین‌های فکری و عملی همراه شده است تا مخاطب را به تفکر تشویق کند و نگاه و رفتار ما را در روند کمک به دیگران برای همیشه تغییر می‌دهد.