

## همراهی تخصصی

دکتر سیمین بهرامیان\*

[دریافت مقاله: 1389/6/1؛ پذیرش مقاله: 1389/7/3]

ارشد به کار برده شد و به مرور زمان به مدیران میانی، کارمندان و دیگر کارگزاران گسترش پیدا کرد. در حال حاضر همراهی تخصصی در شغل<sup>7</sup> برای حل مشکلات شغلی و یا برای رسیدن به یک هدف شخصی یا گروهی در رابطه با سازمان یا شغل به کار می‌رود (رائن<sup>8</sup>، 2003).

اواخر دهه 60 کار گروهی<sup>9</sup> در اروپا رواج یافت و هر سازمانی تلاش کرد به نوعی این واژه عملی یا نمادین را به کار برد. در این دوره بود که مدیران همراهی تخصصی را عهده‌دار شدند. این دگرگونی مشکلات زیر را در پی داشت: 1- به دلیل تلفیق نقش‌ها و تداخل منافع، «بی‌طرفی» که از خصوصیات لازم همراهی تخصصی است، خدشه‌دار شد، 2- داوطلبانه بودن همراهی تخصصی به شکل حکم اداری و اجباری درآمد، 3- بسیاری از مشکلات و برنامه‌ریزی‌ها به دلیل ارتباط با شخص رئیس یا شغل ریاست بیان نمی‌شد. برای حل این مشکل، همراهی تخصصی به کارشناسانی خارج از سازمان واگذار شد، کارشناسانی که بیرون گود نشسته بودند و بنابراین می‌توانستند خدمات مفیدتری ارائه دهند.

به مرور زمان همراهی تخصصی از حوزه اقتصاد فراتر رفت و جنبه‌های گوناگون زندگی افراد را دربرگرفت، به گونه‌ای که امروزه از همراهی تخصصی در زندگی<sup>10</sup> برای حل تنش‌های زندگی و رسیدن به هدف‌های شخصی یاد می‌شود. حل مشکلات با همراهی یک کارشناس باتجربه، تحلیل موقعیت‌های موفقیت‌آمیز زندگی (گذشته، حال و آینده)، برنامه‌ریزی برای رسیدن به آرمان‌ها و بررسی راه‌های گوناگون

واژه coach به معنای «درشکه»، در زبان انگلیسی ریشه دارد و برای نخستین بار در سال 1830 میلادی در محیط دانشگاهی و در مورد دانشجویانی به کار برده شد که به هم‌دوره‌های خود کمک درسی می‌کردند. پس از آن این واژه به مرور وارد ورزش شد و در حال حاضر نیز در رشته‌های گوناگون به کار می‌رود. در اینجا منظور از این واژه، تنها یک مربی برای تقویت توانایی‌های ورزشی نیست، بلکه کسی است که هدف‌مندانه در ورزشکار انگیزه ایجاد می‌کند.

درشکه وسیله‌ای است که حرکت از یک مکان به مکان دیگر را امکان‌پذیر می‌سازد. یک درشکه‌بان خوب منطقه را می‌شناسد، دید کلی و اجمالی دارد و مسافر را از بهترین و امن‌ترین راه به مقصد می‌رساند. این راهنما از میهمانش پذیرایی می‌کند، حالش را جویا می‌شود، مناظر بین راه را نشان می‌دهد و آگاهانه و خالصانه داده‌های مفید در اختیار مسافر قرار می‌دهد. به این ترتیب همراهی تخصصی<sup>1</sup> فرایندی است هدفدار برای تغییر وضعیت و به بیان دیگر همراهی تخصصی و برنامه‌ریزی شده‌ای است برای حل مشکل به وسیله بالابردن توانایی‌های شخصی و مرور منتقدانه روندهای فکری (راجرز<sup>2</sup>، 2008). تفاوت اصلی همراهی تخصصی و روان‌درمانی در اینجاست که در همراهی تخصصی، درمان<sup>3</sup> بیماری‌های روانی جایی ندارد، اگرچه شیوه‌های گوناگون درمانی، از جمله تحلیل رفتار متقابل<sup>4</sup>، برانگیختگی درمانی<sup>5</sup> و حتی برنامه‌نویسی عصبی - کلامی<sup>6</sup> (NLP) به کار برده می‌شود. این شیوه نخست در مورد مدیران

\* دکترای روانشناسی بالینی، متخصص روانشناسی کار، بخش بازاریابی حرفه‌ای پرومته، استان کرنتن، اطریش. دورنگار: 00434635972974

E-mail: [simin.platz@promente-kaernten.at](mailto:simin.platz@promente-kaernten.at)

- |                        |                                 |
|------------------------|---------------------------------|
| 1- coaching            | 2- Rogers                       |
| 3- therapy             | 4- transactional analysis       |
| 5- provocation therapy | 6- neuro-linguistic programming |
| 7- job-coaching        | 8- Rauen                        |
| 9- team work           | 10- life-coaching               |

### منابع

- Rogers, J. (2008). *Coaching skills, a handbook (2nd ed.)*. United Kingdom, Maidenhead: Open University Press.
- Rauen, C. (2003). *Coaching, innovative konzepte im vergleich*. Göttingen: Hogrefe.
- Schmidt-Tanger, V. M., Stahl, T., Schmidt-Tanger, M. (2007). *Change-talk, Coachen lernen! Coaching-Können bis zur Meisterschaft*. Deutsch (Germany), Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung GmbH & Co. KG.

رسیدن به آنها، پیشگیری از استرس، رشد شخصیتی، بازتاب کارکرد شغلی و شخصی و به‌طور کلی بالابردن کیفیت زندگی از موضوع‌های اصلی همراهی تخصصی زندگی است (اشمیت - تنگر<sup>1</sup>، استال<sup>2</sup> و اشمیت - تنگر، 2007).

هم‌اکنون در بسیاری از کشورها همراهی تخصصی هر درمان‌گر سلامت روان، به‌وسیله فرد باصلاحیت دیگر امری رایج است، امید است متخصصان سلامت روان در ایران نیز به این موضوع توجه کرده، آن را جزیی از زندگی حرفه‌ای خود در نظر بگیرند.