عايز ابقى كوتش اعمل إيه؟

ابقى لايف كوتش
SUCCESS
Become A Life Coach
www.HappyFamilyRelationshipCoaching.com

ياسمين أبو الحسن صاحبة و مؤسسة هابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج
(هابي فاميلي انستيتيوت). أول مدربة للحياة و العلاقات بمصر و الشرق الأوسط

عايز ابقى لايف كوتش اعمل إيه؟

المحتويات

المقدمة:..... 2
أحسن طريقة تنتفع بيها من كراس التمارين Workbook:..... 3
الخطوة الأولى: معرفة نفسك:..... 4
الخطوة الثانية: التعلم عن المهنة:..... 6
الخطوة الثالثة: اختيار المؤسسة التعليمية لدراسة الكوتشينج:.....9
ياسمين أبو الحسن.....12
الخلاصة..... 14
الخطوات التالية المقترحة.....16

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

عايز ابقى لايف كوتش، اعمل إيه؟

المقدمة:

مع مرور الوقت يزداد الوعي بالاحتياج لمهنة اللايف كوتشينج في مجتماعتنا العربية و الجميل إنه بيزداد كمان عدد اللي نفسهم يبقوا لايف كوتشز Life Coaches.

بيجيلنا أسئلة كثير طول الوقت عن المهنة و الدراسة و بالذات سؤال: "عايز ابقى لايف كوتش، اعمل إيه؟"

اختارنا ٣٠ سؤال من الأسئلة دي و قررنا نجاوب عليهم في سلسلة فيديوهات: "عايز ابقى لايف كوتش، اعمل إيه؟" على قناتنا قناة هابي فاميلي على YouTube بمناسبة شهر رمضان الكريم.

كل يوم بنجاوب على سؤال و بالتالي آخر رمضان تكونوا عرفتوا إجابة ٣٠ سؤال و تكونوا عرفتوا كل اللي نفسكم تعرفوه. لو عندكم أسئلة مختلفة ابعتوها و هنرد عليها.

و تعتبر دي أحدث سلسلة للرد على السؤال: "عايز ابقى لايف كوتش، اعمل إيه؟"

السلسلة الأولى: How to Be a Life Coach? موجودة أيضًا على قناتنا قناة هابي فاميلي على YouTube و ننصح بمشاهدتها أيضا.

بعد مشاهدتكم لو لسة عندكم مخاوف أو أفكار ابعتولنا

و افتكروا تعملوا لايك 👍🏻 و شير للي عارفين إن المعلومات دي ممكن تفيدهم.

نتمنى لكم صومًا مقبولًا و كل عام و أنتم بخير.

نتمنى أن تنتفعوا بالفيديوهات دي.

شكرًا لكم.

ياسمين أبوالحسن

أسرة هابي فاميلي

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

أحسن طريقة تنتفع بيها من كراس التمارين Workbook:

قم بطباعة كراس التمارين

شاهد كل فيديو

اكتب إجابة السؤال و ملاحظاتك

يوجد بعض الأسئلة تحتاج لبحث، قم بالبحث ثم عد و أجب عن الأسئلة

اقرأ المصادر المذكورة

شاهد السلسلة الأولى: How to Be a Life Coach?

اعط نفسك فاصل من الوقت

عد و اقرأ ما كتبته مرة ثانية

أضف ماذا تعلمت عن نفسك

اكتب كل الأسئلة الأخرى التي مرت بعقلك

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

عايز ابقى لايف كوتش اعمل إيه؟

الخطوة الأولى: معرفة نفسك:

١- إيه سبب أو أسباب إنك عايز تبقى لايف كوتش؟

.....
.....
.....
.....

٢- نفسك تساعد مين؟

.....
.....
.....
.....

٣- إيه القضية أو القضايا اللي نفسك تلاقي لها حل؟

.....
.....
.....
.....

٤- إيه الصفات اللي شايفها في نفسك ترجح إنك تبقى لايف كوتش؟

.....
.....
.....
.....

٥- إيه مستوى تعليمك و إيه خبراتك السابقة؟

.....
.....
.....
.....

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

٦- تعرف إيه عن اللايف كوتشينج كمهنة؟

.....
.....
.....
.....

٧- امتى جربت اللايف كوتشينج؟ - احكي عن خبرتك؟

.....
.....
.....
.....

٨- لو مجربتش تحب تجربه في أي جزء من حياتك؟ لو مش عايز تجرب، إيه اللي منعك إنك تجرب؟

.....
.....
.....
.....

٩-عايزة ابقى Relationship Coach اعمل إيه؟
أهم معلومة عن الموضوع ده هي إن كل أنواع التدريب تبتدى بدراسة اللايف كوتشينج.

.....
.....
.....
.....

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

الخطوة الثانية: التعلم عن المهنة:

١٠- يعني إيه لايف كوتشينج؟ حمل كتيب تدريب الحياة (لايف كوتشينج) أمل جديد لحياة أفضل[1]

.....

.....

.....

.....

١١- امتى بدأ اللايف كوتشينج؟

.....

.....

.....

.....

١٢- ليه انتشر و هل هو مهدد بالانتهاء؟

.....

.....

.....

.....

١٣- هل الكوتشينج بينفع؟ - ليه؟

.....

.....

.....

.....

١٤- هل الكوتشينج ممكن يضر؟

.....

.....

.....

.....

١٥- مين ما ينفعش معاه كوتشينج؟

.....

.....

[1] في آخر هذا الكتيب تشرح رائدة اللايف كوشينج ياسمين أبوالحسن الأسباب التي حمستها لاختيار الكوتشينج باللغة العربية

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

.....

.....

١٦- احجز جلسة كوتشينج و احل مشكلتي - مش كدة؟

.....

.....

.....

.....

١٧- أنا بأحب علم النفس ينفع ابقى كوتش؟

.....

.....

.....

.....

١٨- هو أي حد ينفع يبقى كوتش؟

.....

.....

.....

.....

١٩- إيه مواصفات الكوتش؟

.....

.....

.....

.....

٢٠- إيه الJob Description بتاعة الكوتش و إيه مسئولياته الوظيفية؟

.....

.....

.....

.....

٢١- رحت لكوتش و ماعجبنيش - شكلها شغلانة أي كلام - مش كدة؟

.....

.....

.....

.....

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

٢٢- لما ادرس كوتشينج أكيد ألاقي فرص عمل كثير و بمرتب عالى. مش كدة؟

.....
.....
.....
.....

٢٣- امتى ابقى كوتش محصلش - ابقى مشهور زي ... و ابقى باخد فلوس كثير و بألف العالم و الناس متلهفة تحجز معايا و عندي waiting list؟

.....
.....
.....
.....

٢٤- هل ممكن يبقى في كل مواصفات الكوتش و شاطر في الشغلانة و ماحبهاش؟

.....
.....
.....
.....

🎁 **سؤال هدية :** إيه الفرق بين الكوتشينج و الطبيب النفسي أو العلاج النفسي؟

شاهد هذه الفيديوهات:

الفيديو الأول

الفيديو الثاني

الفيديو الثالث

ملاحظاتك

.....
.....
.....
.....

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

الخطوة الثالثة: اختيار المؤسسة التعليمية لدراسة الكوتشينج:

الخطوة الأولى: الإدراك

٢٥- أي المؤسسات التعليمية أحسن في تعليم الكوتشينج؟

.....
.....
.....
.....

الخطوة التانية: تحديد أسس الاختيار

٢٦- اختار مين فيهم؟
رؤيتك
.....
.....
.....
.....
قيمك
.....
.....
.....
.....
رسالتك
.....
.....
.....
.....

٢٧- ليه ما ينفعش تقوليلي انت؟ و أنا هاعمل اللي تقولي عليه.

.....
.....

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

.....

.....

٢٨- إيه اللي أدور عليه و أنا بادور على شهادة الكوتشينج؟

أسس المقارنة	المؤسسة الأولى	المؤسسة الثانية	المؤسسة الثالثة	المؤسسة الرابعة
١- المادة العلمية				
٢- المحاضرين				
٣- التكلفة				
٤- عدد ساعات الكورس				
٥- التدريب العملي				
٦- الدعم أثناء و بعد التدريب				
٧- طرق التدريس				
٨- الشهادة				
٩- الreviews - ال testimonials				
١٠- مصادر أخرى (جرب في الfree أو الرخيص) الأول				

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

٢٩- هل ينفع الكوتش يبقى عنده أدوات تانية يشتغل بيها؟ زي إيه؟

.....

.....

.....

.....

٣٠- هل شغلانة اللايف كوتش دي صح بالنسبة لي؟

.....

.....

.....

.....

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

ياسمين أبو الحسن

ياسمين أبو الحسن مؤسسة ورئيسة هابي فاميلي لتدريب العلاقات Happy Family Relationship Coaching و المعروفة أيضا ب Happy Family Institute، مدربة حياة وعلاقات زوجية و أسرية و مؤلفة و متحدثة ومدربة اكتشاف الذات.

بدأت ياسمين مسيرتها المهنية بعد حصولها على درجة البكالوريوس في الهندسة الطبية الحيوية واستخدمت شهادتها لقيادة مسيرة مهنية ناجحة لمدة ١٢ عامًا لتحقيق النجاح في إدارة المبيعات للأجهزة الطبية

.لقد حفزتها تجربتها الشخصية على مساعدة الآخرين في تحقيق آمالهم ، والأهم من ذلك دفعهم إلى بناء الحياة التي يرغبون فيها ، بدلا من الانقياد لحياة تمليها عليهم العائلة أو المجتمع.

احترفت ياسمين أبوالحسن مجال تدريب الحياة منذ عام ٢٠٠٦. منذ ذلك الحين ، عملت على نشر الوعي بمهنة تدريب الحياة و توفيرها في الوطن العربي من خلال استضافتها في العديد من اللقاءات التليفزيونية و الإذاعية وطنية ودولية كما تم استضافتها كمحاضرة في الجامعات و في النوادي الاجتماعية.

دربت ياسمين العديد من العملاء من شتى محافظات مصر و الوطن العربي و العالم في مجالات الحياة و العلاقات و الكارير و البيزنس. هاجرت ياسمين إلى كندا في عام ٢٠١٣ و لكن حلمها و هدفها لم يتغير.

هدف ياسمين هو خلق مكان آمن يتعلم فيه الأفراد من هم وماذا يريدون في حياتهم ، بالإضافة إلى كيفية اكتشاف هدفهم من الحياة.

يتم بعدها تحرير عقولهم و مساندتهم لخلق الحياة التي يتوقون إليها من خلال أنشطة تفاعلية جماعية تسمح لهم بمقابلة أشخاص متوافقين في التفكير ، كما تسمح ببناء و تطوير مهارات العلاقات الناجحة المشبعة، ومن ثم بناء شبكة علاقات مفيدة و داعمة في مجال الأعمال و في الحياة.

لبناء هذا المجتمع حولت ياسمين أبوالحسن جزء من اهتمام هابي فاميلي لإعداد مدربي الحياة و العلاقات تجمعهم زمالة المهنة و قيم التعاون و التآزر على طريق التدريب لخلق مجتمع يساعد على التخلص من آلام الشعور بالوحدة و إطلاق إمكانيات الأفراد الكامنة لآفاق لم يكونوا يتخيلوا أنهم قادرون على تحقيقها.

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

لمعلومات أكثر عن البرنامج الاستثنائي لتعلم و ممارسة مهارات تدريب الحياة (لإعداد مدربي الحياة (اللايف كوتشز) راسلنا على صفحة هابي فاميلي و ابدأ خطواتك لتحول أحلامك إلى واقع ملموس.

إنجازات مؤسسة هابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج منذ ٢٠٠٦

- تعريف المجتمع المصري و العربي بمجالي تدريب الحياة و تدريب العلاقات عن طريق المحاضرات في الجامعات و النوادي الاجتماعية و ورش العمل و برامج التليفزيون و الإذاعة و الراديو نت إلي جانب الصحف و المجلات.
- تخريج كوادر امتهنت مهنة التدريب بأشكال مختلفة و أصبحت أمثلة ناجحة في مجتمعاتنا الحالية فازداد الوعي بالمهنة و ازداد الوعي الشخصي و زادت النماذج الإيجابية التي أصبح يحتذى بها.
- تدريب أعداد كبيرة من المتدربين على اكتشاف ذاتهم و خلق علاقات سعيدة إلي جانب من وجدوا شركاء حياتهم و طوروا من مهاراتهم في علاقاتهم.
- كما تم تدريب العاملين في الشركات على اكتشاف ذاتهم و توظيفها في الأعمال و تم تدريب المديرين للتعامل مع موظفيهم.
- مساعدة العديد من الأسر على إفشاء السلام في العلاقات الزوجية و العلاقات الأسرية بما فيها علاقة الأهل بالأبناء و علاقة الأخوة ببعضهم البعض و استبدال الشجار و العنف اللفظي أو الجسدي بالمودة و الرحمة و التفاهم
- مساعدة العديد من السنجلز على اختيار شريك الحياة المناسب لهم و تعلم و ممارسة المهارات التي يتطلبها الزواج للجفاظ على السكينة و الحب و المودة و الرحمة.
- مساعدة العديد من المقبلين على الزواج على التأهل للزواج و التأكد أن اختيارهم يتوافق مع احتياجاتهم و رؤاهم للعلاقة و الحياةنشر الوعي عن علوم العلاقات و بنائها و رعايتها و تدريب الأفراد و الأزواج على اكتساب و اتقان المهارات اللازمة لذلك
- حماية العديد من الأزواج من شبح الطلاق.
- مساعدة البعض على اتخاذ القرار المناسب لحياتهم و علاقاتهم سواء بالاستمرار و محاولة الإصلاح أو بإنهاء العلاقة في الحالات المتطلبة لذلك.

يمكنك زيارة موقعنا

www.HappyFamilyRelationshipCoaching.com

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

الخلاصة

بعدما اتفرجت على الفيديوهات و قريت و بحثت، تعلمت عن نفسي:

.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

بعدما اتفرجت على الفيديوهات و قريت و بحثت، لازال بداخلى هذه الأسئلة:

حقوق الطبع محفوظة لهايي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

هل اللايف كوشينج كمهنة تصلح لي؟

.....

.....

.....

.....

هل أصلح أنا لمهنة اللايف كوتش؟

.....

.....

.....

.....

ما هي خطواتي في هذا الطريق؟

١- .....

٢- .....

٣- .....

٤- .....

٥- .....

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.

الخطوات التالية المقترحة

١- احجز جلسة استكشافية مع رائدة اللايف كوتشينج ياسمين أبوالحسن

٢- التعرف على محتويات البرنامج الاستثنائي لتعلم و ممارسة مهارات تدريب الحياة المقدم من هابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج و مؤسستها رائدة تدريب الحياة و العلاقات الزوجية ياسمين أبوالحسن.

٣- للالتحاق بالبرنامج الاستثنائي لتعلم و ممارسة مهارات تدريب الحياة يرجى اتباع الخطوات التالية:

١-التعرف على تفاصيل البرنامج
٢- ملء استمارة بيانات الالتحاق
٣- اذا تم القبول المبدئي سيتم تحديد موعد مقابلة شخصية (انترفيو)
٤- إذا تم القبول يتم سداد مصاريف الدراسة
٥- يرسل لك وصلات البرنامج و تبدأ الدراسة

٤- و أخيراً إذا كانت لديك مخاوف تجاه العمل كمدرب حياة (لايف كوتش) انقر هنا للتعامل مع مخاوفك

حقوق الطبع محفوظة لهابي فاميلي ريليشنشيب كوتشينج.
لا يحق نسخ أو نقل أي جزء من هذا المانيوال بدون موافقة كتابية من ياسمين أبو الحسن.