

(OMR) مدل مداخله عمرائی

رویکردی ساختاریافته، علمی و تحول‌آفرین در کوچینگ حرفه‌ای

پدیدآورنده و ابداع‌کننده

پروفسور رضا عمرائی

روان‌شناس بالینی و تربیتی

استاد دانشگاه بین‌المللی مسروپ ماشوتوس

IN NLP بنیان‌گذار آکادمی

در ایران ICI پرزیدنت کوچینگ

در ایران IN NLP پرزیدنت و مسترترینر

در ایران WHO پرزیدنت و مسترترینر هیپنوز

(OMR) خالق و طراح مدل مداخله عمرائی

تدوینگر و توسعه‌دهنده بیزینس کوچینگ، کوچینگ کودکان و منتال هلث کوچینگ

به عنوان حرفه در ایران در قالب ۲۵ شایستگی تخصصی NLP پیشگام استانداردسازی کوچینگ و

نویسنده، پژوهشگر، مدرس بین‌المللی و متخصص تحول فردی و سازمانی

مقدمه و تبیین جایگاه کوچینگ ۱.

در عصر پیچیدگی‌های روان‌شناختی، تحولات سریع اجتماعی و تغییرات عمیق سازمانی، انسان بیش از هر زمان دیگری نیازمند رویکردهایی است که بتوانند او را از سطح بقا به سطح شکوفایی هدایت کنند. در چنین شرایطی، «کوچینگ» به عنوان یکی از مؤثرترین و پیشرفته‌ترین رویکردهای توسعه انسانی مطرح شده است؛ رویکردی که بر آگاهی، مسئولیت‌پذیری، انتخاب آگاهانه و فعال‌سازی ظرفیت‌های بالقوه انسان تمرکز دارد.

کوچینگ حرفه‌ای صرفاً ارائه راه‌حل یا مشاوره مستقیم نیست، بلکه فرآیندی است که در آن فرد می‌آموزد چگونه با استفاده از منابع درونی خود، موانع ذهنی را شناسایی کرده و مسیر تحول شخصی و حرفه‌ای را طراحی کند. با این حال، تجربه جهانی نشان داده است که اثربخشی کوچینگ به شدت وابسته به مدل‌ها و ساختارهای اجرایی آن است. بسیاری از مدل‌های اگرچه ابزارهای ارزشمندی محسوب می‌شوند، اما در مواجهه با CLEAR و OSCAR، GROW کلاسیک کوچینگ مانند پیچیدگی‌های شناختی، هیجانی و هویتی انسان مدرن، گاه پاسخگوی عمق تحولات موردنیاز نیستند.

توسط پروفسور OMR با نام اختصاری (Omraie Intervention Model) در پاسخ به این نیاز، مدل مداخله عمرائی ، NLP رضا عمرائی طراحی و توسعه یافته است. این مدل حاصل تلفیق چندین دهه تجربه در حوزه روان‌شناسی بالینی، هیپنوتراپی، کوچینگ شناختی و آموزش تحول فردی است.

یک چارچوب چندبعدی، ساختاریافته و بین‌المللی برای هدایت انسان در مسیر «خودآگاهی، هم‌راستایی و OMR مدل تعالی» ارائه می‌دهد. این مدل نه تنها به حل مسئله می‌پردازد، بلکه هدف آن بازسازی ساختار ذهنی، ارتقاء هویت فردی و ایجاد تغییرات پایدار در عملکرد انسانی است.

OMR فلسفه و مبانی نظری مدل ۲.

بر این اصل بنیادین استوار است OMR مدل

هر انسان دارای ظرفیت نامحدود برای رشد است، مشروط بر آنکه بتواند ساختارهای محدودکننده ذهنی خود را «
»شناسایی، بازآرایی و ارتقاء دهد

این مدل، انسان را موجودی پویا، یادگیرنده و سیستماتیک می‌داند که رفتارهای او نتیجه تعامل میان باورها، ارزش‌ها،
هویت، تجربیات گذشته، زبان درونی و ادراک او از جهان است

OMR سه ستون بنیادین مدل

۱. درک کردن (Understand)

شناخت عمیق ساختارهای ذهنی، هیجانی و رفتاری مراجع

۲. همراستاسازی (Align)

ایجاد هماهنگی میان اهداف، ارزش‌ها، هویت و عملکرد

۳. تعالی بخشیدن (Elevate)

هدایت مراجع به سطح بالاتری از آگاهی، عملکرد و اثرگذاری

شعار محوری مدل

Coaching for Growth • Impact for the World

«کوچینگ برای رشد، اثرگذاری برای جهان»

این شعار بیانگر آن است که رشد واقعی زمانی معنا پیدا می‌کند که فراتر از موفقیت فردی رفته و به خلق ارزش برای
جامعه و جهان منجر شود

OMR ساختار فرآیندی مدل ۳

از سه فاز اصلی تشکیل شده است که به صورت چرخه‌ای و تکاملی عمل می‌کنند OMR مدل

(Observe / Understand) فاز اول: مشاهده

هدف:

شناخت دقیق وضعیت موجود و کشف ساختارهای پنهان ذهنی

، کالیبراسیون، گوش‌دادن فعال، زبان‌شناسی شناختی و NLP در این مرحله، کوچ با استفاده از مهارت‌های پیشرفته
پرسشگری تحول‌آفرین، وارد دنیای ادراکی مراجع می‌شود

این مرحله شامل

شناسایی باورهای محدودکننده

کشف تعارضات درونی

تحلیل الگوهای رفتاری تکرار شونده

بررسی سیستم ارزشی فرد

تشخیص هویت فعلی و هویت مطلوب
تحلیل زبان ذهن و گفت‌وگوی درونی
ارزیابی وضعیت هیجانی و انگیزشی

، مشاهده تنها «دیدن» نیست؛ بلکه فرآیندی برای «درک عمیق» ساختار ذهن انسان است OMR در مدل

(Match / Align) فاز دوم: تطبیق

هدف:

ایجاد هماهنگی میان ابعاد درونی و بیرونی زندگی

پس از شناخت دقیق وضعیت موجود، کوچ به مراجع کمک می‌کند تا میان اهداف، ارزش‌ها، هویت، رفتارها و شرایط زندگی خود همراستایی ایجاد کند

این مرحله شامل

حل تعارضات درونی

بازسازی باورهای ناکارآمد

طراحی استراتژی‌های موفقیت

تقویت هویت جدید

ایجاد انسجام روانی و رفتاری

به معنای سازگاری منفعلانه نیست، بلکه به معنای طراحی هوشمندانه هماهنگی میان «آنچه فرد OMR تطبیق در مدل هست» و «آنچه می‌خواهد بشود» است

(Raise / Elevate) فاز سوم: ارتقاء

هدف:

ایجاد تحول پایدار و دستیابی به عملکرد سطح بالا

در این مرحله، مراجع آماده عبور از مرزهای قبلی و ورود به سطح جدیدی از آگاهی و موفقیت می‌شود

این مرحله شامل

طراحی برنامه اقدام

ایجاد تعهد رفتاری

تثبیت الگوهای جدید

توسعه انعطاف ذهنی

افزایش اعتمادبه‌نفس

ارتقاء بهرموری

پایش و ارزیابی مستمر نتایج

، ارتقاء صرفاً رسیدن به هدف نیست؛ بلکه تبدیل شدن به نسخه‌ای متعالی‌تر از خویش است OMR در مدل

OMR ویژگی‌های منحصر به فرد مدل ۴.

تلفیق علم و تحول انسانی ۱.

و کوچینگ حرفه‌ای طراحی شده و از سطح انگیزش سطحی NLP بر پایه روان‌شناسی علمی، علوم اعصاب، OMR مدل فراتر می‌رود.

تمرکز بر تغییرات پایدار ۲.

این مدل به جای ایجاد انگیزه موقت، بر بازسازی ساختار ذهنی و ایجاد تغییرات ماندگار تمرکز دارد.

نگاه سیستماتیک ۳.

انسان را جدا از محیط نمی‌بیند، بلکه تعامل او با خانواده، سازمان، جامعه و جهان را در نظر می‌گیرد OMR مدل

انعطاف‌پذیری و کاربرد گسترده ۴.

این مدل در حوزه‌های زیر کاربرد مؤثر دارد:

کوچینگ فردی

کوچینگ اجرایی

بیزینس کوچینگ

کوچینگ سازمانی

کوچینگ آموزشی

منتال هلث کوچینگ

توسعه رهبری

توانمندسازی تیم‌ها

تحول فرهنگی سازمان‌ها

ساختار استاندارد و بین‌المللی ۵.

دارای فرآیندی شفاف، قابل آموزش، قابل ارزیابی و استانداردسازی شده است و قابلیت ارائه در سطح OMR مدل بین‌المللی را دارد.

OMR در مدل NLP نقش ۵.

بهره می‌برد، از جمله NLP به صورت عمیق از تکنیک‌ها و مفاهیم پیشرفته OMR مدل

(Reframing) بازچینش ذهنی

(Anchoring) لنگرسازی

مدل متا (Meta Model)

زبان هیپنوتیک

تغییر سطوح منطقی

مدیریت وضعیت ذهنی

تغییر باورها

الگوسازی استراتژی‌های موفقیت

.هدف نهایی نیست؛ بلکه ابزاری قدرتمند برای خدمت به فرآیند تحول انسانی است NLP، OMR اما در چارچوب

با مدل‌های سنتی کوچینگ OMR تفاوت مدل ۶.

مدل‌های سنتی

OMR مدل

تمرکز بر هدف

تمرکز بر تحول هویت

تغییر رفتاری کوتاه‌مدت

تغییر ساختاری پایدار

نگاه خطی

نگاه سیستماتیک و چندبعدی

تمرکز بر عملکرد

تمرکز بر آگاهی و عملکرد

حل مسئله

بازآفرینی ساختار ذهنی

OMR کاربردهای تخصصی مدل ۷.

در کوچینگ فردی

افزایش اعتمادبه‌نفس

مدیریت استرس

تحول هویتی

رشد فردی

ارتقاء کیفیت زندگی

در سازمان‌ها

توسعه رهبری

مدیریت تعارض

بهبود ارتباطات

افزایش بهره‌وری

تحول سازمانی

در آموزش

یادگیری منطبق با مغز

توانمندسازی معلمان

افزایش انگیزش دانش‌آموزان

توسعه مهارت‌های شناختی

OMR جایگاه بین‌المللی مدل ۸.

ظرفیت تبدیل شدن به یک الگوی OMR با توجه به ساختار علمی، قابلیت استانداردسازی و ماهیت بین‌رشته‌ای، مدل بین‌المللی در حوزه کوچینگ و توسعه انسانی را داراست

:این مدل می‌تواند

به عنوان متدولوژی آموزشی در آکادمی‌های کوچینگ تدریس شود

مبنای طراحی دوره‌های حرفه‌ای و صدور گواهینامه قرار گیرد

در دانشگاه‌ها و مراکز تحقیقاتی مورد مطالعه قرار گیرد

به عنوان چارچوب تحول سازمانی استفاده شود

نتیجه‌گیری ۹.

فراتر از یک مدل کوچینگ، یک فلسفه تحول انسانی است (OMR) مدل مداخله عمرانی

:این مدل با تکیه بر سه مرحله بنیادین

مشاهده ← تطبیق ← ارتقاء

درک ← هم‌راستاسازی ← تعالی

مسیر روشنی برای عبور انسان از محدودیت به توانمندی، از سردرگمی به آگاهی و از عملکرد معمولی به تعالی انسانی فراهم می‌سازد.

نشان می‌دهد که کوچینگ واقعی تنها درباره رسیدن به اهداف نیست؛ بلکه درباره خلق انسان‌هایی آگاه‌تر، OMR مدل توانمندتر و اثرگذارتر برای جهان است.

Omraie Intervention Model (OMR)

Observe → Match → Raise

Understand → Align → Elevate

Coaching for Growth • Impact for the World