

ونوس روشن

خیابان سنول، شهرک سنول، خیابان نسترن، کوچه دوم شرقی، شماره ۲، طبقه اول

تلفن: ۰۲۱-۸۸۰۳۷۸۳۴ فکس: ۰۲۱-۸۸۰۳۷۷۳۴

همراه: ۰۹۱۲۵۱۵۱۶۴۹

www.cyfco.ir

ایمیل: venusrowshan@gmail.com

سال و محل تولد: ۱۳۶۳-تهران

سوابق شغلی

- مدیر بازرگانی شرکت سروش بقاء بوم‌سا؛ فالیت در زمینه محیط زیست (۱۳۸۹-۱۳۹۲)
- مشاور آموزشی در بنیاد فرهنگ زندگی (۱۳۹۲-۱۳۹۶)
- کوچ توسعه فردی (۱۳۹۷-...)

درباره من

پس از اخذ مدرک کارشناسی حسابداری و کارشناسی ارشد MBA به طور کامل اتفاقی با مجموعه بنیاد فرهنگ زندگی آشنا شدم؛ مجموعه‌ای که متمرکز بر انتشار و آموزش مباحث روانشناسی تحلیلی (مبتنی بر تئوری پروفیسور کارل گوستاو یونگ) است.

به مدت ۳ سال در دوره‌های مقدماتی تا پیشرفته آن مجموعه شرکت کردم و هر چه قدر پیش‌تر رفتم بیشتر متوجه علاقه خود به این حوزه شدم. در طول این مدت کاملاً برایم شفاف شد که نه تنها دغدغه‌ام یاری افراد برای دستیابی به اهداف و احساس رضایت در زندگی است، بلکه بازخوردهای پر مهر بسیاری از دانشجویان کمک کرد تا متوجه شوم توانسته‌ام نقشی موثر در ایجاد تحول در زندگی آنان ایفا کنم.

ماندگارترین تجربه من در طول انجام این کار راهبری و هدایت گروهی متشکل از ۱۰۰ نفر از شرکت کنندگان یک سمینار به مدت حدود ۳ ماه، از طریق مطرح کردن پرسش‌های متنوع جهت آمادگی برای حضور در سمینار، و همدلی و همراهی به کمک ارائه تمرین جهت عمیق‌تر شدن آموزش پس از برگزاری سمینار بود.

نخستین بار در آذر ماه ۱۳۹۶ از طریق مدیرم با اصطلاح کوچینگ آشنا شدم و پس از شرکت در کافه کوچینگ با محوریت معرفی کوچینگ، که توسط کانون یادگیری فردا (کیفکو) برگزار شد مفهوم "هیچ چیز تصادفی نیست" را از نزدیک لمس کردم.

من با دانشی آشنا شده بودم که می‌توانست ابزاری در اختیارم بگذارد تا در خدمت دیگران باشم، تا آن‌ها را در یافتن و طی کردن مسیر شکوفایی‌شان یاری رسانم و در نهایت در شادی و لذت عظیم آن‌ها سهیم شوم. مصمم شدم به صورت تخصصی‌تر این حرفه را دنبال کنم و پس از طی دوره آموزشی، مدرک سطح ۱ کوچینگ را از آکادمی کوچینگ فارسی‌زبانان (FCA) که مورد تایید فدراسیون جهانی کوچینگ (ICF) است دریافت کردم.

به طور کلی، فردی متعهد، همدل، مصمم، مشتاق یادگیری، حامی‌ای مثبت، و عاشق طبیعت، گفتگو، کودکان، و توانمندسازی افراد هستم. شنیدن فعال، انگیزه‌بخشی به دیگران و دادن بازخورد در زمان مورد نیاز از جمله توانمندی‌هایم است.

به باور من تمام انسان‌ها می‌توانند قهرمان زندگی‌شان باشند، فقط بسیاری اوقات شکست‌ها، تردیدها، ترس‌ها، و باورهای نهادینه شده فردی، خانوادگی یا اجتماعی مانع از ظهور این قهرمان می‌شود. این باور زمانی در من قوت گرفت که موفق شدم طلسم باور به عدم توانایی در مسافرت بدون همراهی خانواده یا دوست و همچنین طولانی مدت با هواپیما را در شهریور ماه سال ۹۴ با سفر به آفریقای جنوبی بشکنم. هر چند قبل از سفر میزان ترس، تردید و استرسم بسیار زیاد بود ولی پس از بازگشت از سفر متوجه شدم وجهی از چهره قهرمان درونم ظاهر شده و با افتخار لبخند می‌زند. وجهی که آغازگر تجربیات خارق‌العاده‌ای در سال‌های آتی گردید.

دلیل علاقه‌ام به کوچینگ این است که طی یک فرآیند بی‌نظیر به فرد کمک می‌کند تا با شفاف‌سازی باورها، ترس‌ها و نگرانی‌هایی که همچون دیواری مانع پیشرفت و شکوفایی او در زندگی شده‌اند، با همیاری یک کوچ قدم به قدم آجرهای این دیوار را برداشته و قهرمان درون خود را به دست توانمند خودش آزاد کند؛ قهرمانی که می‌داند رسالت زندگی او چیست، حد و مرزی برای دستیابی به آن نمی‌شناسد، و اراده و انگیزه خفته در فرد را بیدار خواهد نمود.

توصیه نامه ها (با مجوز مراجعان)

- مهدی چهایی؛ کارشناس ارشد بیوشیمی، متخصص دیجیتال مارکتینگ، کوچ زندگی

ونوس عزیز

کوچ درجه یک

همیشه سر کلاس ها از تمرین هات لذت بردم و میخواستم که جلسه کوچینگ داشته باشیم
و دیدم بلهههه چقدر هم حرفه ای هستی
خیلی به من کمک کردی و واقعا ازت ممنونم بابت همه زمان هایی که خووبوب گوش دادی و خووبوب
آگاهم کردی که بتونم بهترین تصمیم هارو بگیرم
چندتا از نقاط قوتت که من حسابی ازشون لذت بردم ایناست؛ پیگیری، خوش اخلاقی، خووبوب میشنوی
و بدون قضاوت بازخورد میدی
خیلی خیلی ممنونم ازت

- افشین چایچی نصرتی؛ کوچ زندگی، مترجم کتاب قانون ۵ ثانیه
کارکردن با خانم روشن فرصت ارزشمندی برای حرفه من بود. تاثیر مثبتی که بر بازبینی خودم به
جهت چگونگی انجام فرآیند حرفه ام داشت به مدد دقت، ریز بینی و سخاوت در ارائه بازخوردهای
بسیار قدرتمند ایشان بود که مسیر رشد، توسعه و موفقیت من در کسب و کارم را هموار و شجاعتم
را دو چندان کرد.