

Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования "Институт прикладной психологии в социальной сфере"

117628, Город Москва, Улица Грина, Дом 34, Корпус 1, Помещение V, Офис 13, тел. 8 (499) 322-07-87
e-mail: dekanat@psy.edu.ru, веб-сайт: <https://psy.edu.ru/>

УТВЕРЖДАЮ:

директор АНО ДПО "ИПШвСС"

Андропова

Людмила Олеговна

приказ от



**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА)**

Наименование программы

Эффективные коучинговые стратегии: создание пространства для развития,
целеполагание поиск ресурсов и мотивация

Выдаваемый документ

Свидетельство о дополнительном образовании

Общая трудоемкость

770 академических часов

Форма обучения

Заочная

г. Москва

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика программы (цель, планируемые результаты обучения)
 2. Содержание программы (учебный план, календарный учебный график)
 3. Организационно-педагогические условия реализации программы
 4. Оценка качества освоения программы (самоконтроль)
 5. Список используемой литературы и информационных источников
- Приложение № 1. Рабочие программы дисциплин
- Приложение № 2. Оценочные материалы для самоконтроля

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ (цель, планируемые результаты обучения)

Нормативные правовые основания разработки программы.

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

1.1. Категория обучающихся.

К освоению программы допускаются лица старше 18 лет.

1.2. Форма обучения - заочная.

Программа реализуется с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

1.3. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения.

Цель: удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании в сфере коучинга и эффективных стратегий взаимодействия с клиентом; создания пространства для развития, целеполагания, поиска ресурсов и сопровождения изменений.

Планируемые результаты обучения.

Результатами освоения обучающимися программы являются знания в сфере коучинга и эффективных стратегий взаимодействия с клиентом; создания пространства для развития, целеполагания, поиска ресурсов и сопровождения изменений.

1.4. Общая трудоемкость программы.

Общая трудоемкость освоения программы составляет 770 академических часов за весь период обучения.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ (учебный план, календарный учебный график)

2.1. Учебный план программы, реализуемой с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Общепрофессиональные дисциплины				
1.	Введение в коучинг. Основные положения и философия коучинга	78	12	66
2.	Методы и инструменты коучингового подхода	70	30	40
3.	Мотивация в коучинге: построение стратегий успеха, достижение цели	52	12	40
4.	Коучинг эмоционального интеллекта: техники развития эмоциональной компетентности	52	12	40
5.	Коучинг по тайм-менеджменту: технологии организации времени и повышения эффективности его использования	56	12	44
6.	Техники ведущих психотерапевтических направлений в коучинге: НЛП, арт-терапия, транзактный анализ, телесно-ориентированная терапия	52	12	40
7.	Основы конфликтологии. Работа коуча с кризисными ситуациями. Работа со стрессом. Медиация	40	15	25
Специальные дисциплины				
8.	Особенности коучинг-тренинга. Командный коучинг и коучинг для целей организации	60	20	40
9.	Карьерный коучинг. Коучинг лидеров и руководителей	60	20	40
10.	Семейный коучинг. Коучинг отношений	50	15	35
11.	Детский и подростковый коучинг. Коучинг в образовании и педагогике	45	15	30
12.	Стратегия продвижения коучинговых услуг, личный бренд коуча	55	10	45
13.	Практикум по организации и проведению коуч-сессий	100	10	90
ИТОГО			770	

2.2. Календарный учебный график.

№ п/п	Наименование дисциплин	Общая трудоемкость, в акад. час.	Учебные недели ²
1.	Введение в коучинг. Основные положения и философия коучинга	78	1-2
2.	Методы и инструменты коучингового подхода	70	3-4
3.	Мотивация в коучинге: построение стратегий успеха, достижение цели	52	5-6
4.	Коучинг эмоционального интеллекта: техники развития эмоциональной компетентности	52	7-8
5.	Коучинг по тайм-менеджменту: технологии организации времени и повышения эффективности его использования	56	9-10
6.	Техники ведущих психотерапевтических направлений в коучинге: НЛП, арт-терапия, транзактный анализ, телесно-ориентированная терапия	52	11-12
7.	Основы конфликтологии. Работа коуча с кризисными ситуациями. Работа со стрессом. Медиация	40	13-14
8.	Особенности коучинг-тренинга. Командный коучинг и коучинг для целей организации	60	15-16
9.	Карьерный коучинг. Коучинг лидеров и руководителей	60	17-18
10.	Семейный коучинг. Коучинг отношений	50	19-20
11.	Детский и подростковый коучинг. Коучинг в образовании и педагогике	45	21-22
12.	Стратегия продвижения коучинговых услуг, личный бренд коуча	55	23-24
13.	Практикум по организации и проведению коуч-сессий	100	25-28

² Учебные недели отсчитываются с момента зачисления в Образовательную организацию.

2.3. Рабочие программы дисциплин представлены в Приложении № 1.

2.4. Оценочные материалы представлены в Приложении № 2.

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1 Материально-технические условия реализации программы.

Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования "Институт прикладной психологии в социальной сфере" (далее – Образовательная организация) располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

3.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги).

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

1. Разрешение экрана от 1280x1024.
2. Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2.
3. 512 Мб оперативной памяти.
4. 200 Мб свободного дискового пространства.
5. Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

3.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем учебным дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

1. Электронные информационные ресурсы.
2. Электронные образовательные ресурсы.
3. Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Содержание учебных дисциплин (модулей) и учебно-методических материалов представлено в учебно-методических ресурсах, размещенных в электронной информационно-образовательной среде Образовательной организации.

Учебно-методическая литература представлена в виде электронных информационных и образовательных ресурсов в библиотеках и в системе дистанционного

обучения. Образовательная организация имеет удаленный доступ к электронным каталогам и полнотекстовым базам:

1. <http://www.lomonosov.online/> – электронная научно-образовательная библиотека «Современные образовательные технологии в социальной сфере»;
2. <http://www.biblioclub.ru/> – университетская библиотека, ЭБС «Университетская библиотека онлайн».

3.4. Кадровое обеспечение программы.

Реализация программы обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (самоконтроль)

В процессе обучения используется тестирование как форма самоконтроля.

Для получения положительной отметки обучающийся должен набрать определенное количество баллов согласно системе оценивания.

Оценка освоения материала включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания, что входит в период (время изучения) учебного модуля и проводится в форме, указанной в учебном плане. Время, отводимое на проведение самоконтроля освоения материала заложено в каждом модуле программы (столбец практические занятия и тестирование).

Вариант оценочных материалов для промежуточной аттестации представлен в Приложении №2.

Соответствие балльных систем оценивания:

Количество баллов по столбальной системе	Отметка по двухбалльной системе
51-100	«зачтено»
менее 51	«не зачтено»

5. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Основная литература.

1. Ахмедова, В.Э. Коучинг по тайм-менеджменту: технологии организации времени и повышения эффективности его использования / В.Э. Ахмедова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2020. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22791>
2. Ахмедова, В.Э. Коучинг эмоционального интеллекта: техники развития эмоциональной компетентности / В.Э. Ахмедова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2020. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22789>
3. Камышникова, А.В. Карьерный коучинг. Коучинг лидеров и руководителей / А.В. Камышникова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=23229>
4. Мельник, С.А. Основы конфликтологии. Работа коуча с кризисными ситуациями. Работа со стрессом. Медиация / С.А. Мельник. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=23227>
5. Мингалёв, В.О. Мотивация в коучинге: построение стратегий успеха, достижение цели / В.О. Мингалёв. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2020. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22787>
6. Мингалёв, В.О. Особенности коучинг-тренинга. Командный коучинг и коучинг для целей организации / В.О. Мингалёв. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22793>
7. Прохорова, Е.А. Введение в коучинг. Основные положения и философия коучинга / Е.А. Прохорова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22783>
8. Прохорова, Е.А. Методы и инструменты коучингового подхода / Е.А. Прохорова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22785>
9. Райкова, А.Ю. Практикум по организации и проведению коуч-сессий. Бизнес-коучинг (ИПП) / А.Ю. Райкова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22801>
10. Расулова, Е.В. Стратегия продвижения коучинговых услуг, личный бренд коуча / Е.В. Расулова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=23239>
11. Расулова, Е.В. Техники ведущих психотерапевтических направлений в коучинге: НЛП, арт-терапия, транзактный анализ, телесно-ориентированная терапия / Е.В. Расулова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22797>
12. Чернова, Д.С. Детский и подростковый коучинг. Коучинг в образовании и педагогике / Д.С. Чернова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=23233>

13. Чернова, Д.С. Семейный коучинг. Коучинг отношений / Д.С. Чернова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=23231>

Дополнительная литература.

1. Анцупов А. Я., Баклановский С. В.. Конфликтология в схемах и комментариях: учебное пособие [Электронный ресурс] / М.: Проспект, 2016. - 336с. - 978-5-392-19675-3. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443553
2. Архангельский Г.. Корпоративный тайм-менеджмент : энциклопедия решений [Электронный ресурс] / М.: Альпина Паблишерз, 2016. - 161с. - 978-5-9614-1380-9. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=229830
3. Белова Е. В., Зинченко Е. В.. Методы НЛП и арт-терапии в работе психолога и менеджера: учебное пособие [Электронный ресурс] / Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2017. - 99с. - 978-5-9275-2315-3. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=492976
4. Бобинкин, С.А. Психологические основы управления персоналом : учебное пособие / С.А. Бобинкин, Н.В. Филинова, Н.С. Акатова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет». Филиал в г. Клину. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. - 172 с. : ил., табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-9177-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=460208&sr=1
5. Данилина, Е.И. Инновационный менеджмент в управлении персоналом : учебник / Е.И. Данилина, Д.В. Горелов, Я.И. Маликова. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К^о», 2019. - 208 с. : ил. - (Серия «Учебные издания для бакалавров»). - Библиогр.: с. 201 - 203. - ISBN 978-5-394-02527-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496191>
6. Ермолова Н.. Продвижение бизнеса в социальных сетях Facebook, Twitter, Google+ [Электронный ресурс] / М.: Альпина Паблишер, 2016. - 401с. - 978-5-9614-4754-5. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279818
7. Зинкер Д.. В поисках хорошей формы. Гештальт-терапия с супружескими парами и семьями = IN SEARCH OF GOOD FORM. GESTALT THERAPY WITH COUPLES AND FAMILIES [Электронный ресурс] / М.: Институт общегуманитарных исследований | Корвет, 2016. - 274с. - 978-5-94193-841-4. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=454585
8. Иванова С. В.. 50 советов по нематериальной мотивации [Электронный ресурс] / М.: Альпина Паблишер, 2016. - 237с. - 978-5-9614-4593-0. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=229799
9. Иванова С. В.. Мотивация на 100% : А где же у него кнопка? [Электронный ресурс] / М.: Альпина Паблишер, 2016. - 285с. - 978-5-9614-5286-0. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=229802
10. Ильин, Г.Л. Наука убеждать (опыт обоснования проективной истины) / Г.Л. Ильин ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет». - Москва : МПГУ, 2018. - 128 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500392> (дата обращения: 09.09.2019). - Библиогр.: с. 121-124. - ISBN 978-5-4263-0658-5. - Текст : электронный
11. Кови С., Колосимо Д.. Карьерное преимущество = Career Advantage. Real-World Applications From Great Work, Great Career : практические рекомендации [Электронный ресурс] / М.: Альпина Паблишер, 2016. - 95с. - 978-5-9614-1683-1. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279474

12. Левкин В. Е.. Социально-психологический тренинг для психолога: учебное пособие [Электронный ресурс] / М.|Берлин:Директ-Медиа,2016. -209с. - 978-5-4475-8755-0. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=450202
13. Медведева, В.Р. Тайм-менеджмент. Развитие навыков эффективного управления временем / В.Р. Медведева ; Министерство образования и науки России, Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : КНИТУ, 2017. – 92 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=560859> (дата обращения: 09.09.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7882-2266-0. – Текст : электронный
14. Медиация: учебник [Электронный ресурс] / СПб.:Статут |АНО «Редакция журнала «Третейский суд»,2016. -480с. - 978-5-9036-9207-1. - ISBN 978-5-8354-1151-1 (Издательство «Статут»). - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=452698
15. Савкин А. Д., Данилова М. А.. Коучинг по-русски : от смелости желать к смелости быть [Электронный ресурс] / М.:Проспект,2016. -176с. - 978-5-392-20321-5. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443862
16. Сатир В.. Вы и Ваша семья : руководство по личностному росту [Электронный ресурс] / М.:Институт общегуманитарных исследований|Апрель-пресс,2016. -287с. - 978-5-94193-890-2. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=455158
17. Сатир В.. Коммуникация в психотерапии [Электронный ресурс] / М.:Институт общегуманитарных исследований,2016. -82с. - 978-5-94193-892-6. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=455160
18. Современные проблемы педагогической науки и образования: практикум :[16+] / авт.-сост. Л.А. Филимонюк ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2018. – 136 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563398> (дата обращения: 09.09.2019). – Библиогр. в кн. – Текст : электронный
19. Теория и практика коучинга: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, Д.А. Ершова, С.В. Нищитенко ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 172 с.. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596411>
20. Филиппова О. А.. Обучение эмоциональному речевому воздействию: учебное пособие [Электронный ресурс] / Москва:Издательство «Флинта»,2017. -143с. - 978-5-9765-1230-6. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=114481
21. Чуркина М. А., Жадько Н. В.. Тренинг для тренеров на 100% : Секреты интенсивного обучения [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблишер,2016. -250с. - 978-5-9614-5859-6. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443558
22. Шапиро С. А., Кувакова И. М.. Краткий курс мотивации труда: учебное пособие [Электронный ресурс] / Москва|Берлин:Директ-Медиа,2018. -96с. - 978-5-4475-9773-3. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=495213
23. Шапиро, С.А. Управление трудовой карьерой работников организации : учебное пособие / С.А. Шапиро, П.И. Ананченкова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. - 300 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-9323-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469693>
24. Шарков, Ф.И. Общая конфликтология : учебник / Ф.И. Шарков, В.И. Сперанский ; под общ. ред. Ф.И. Шаркова ; Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2018. - 238 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-02402-3 ; То же [Электронный ресурс].. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496066>

25. Шекшня С.. Как эффективно управлять свободными людьми : коучинг [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблицерз,2016. -206с. - 978-5-9614-2233-7. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279494
26. Шпаковский В. О., Егорова Е. С.. PR-дизайн и PR-продвижение: учебное пособие [Электронный ресурс] / Москва|Вологда:Инфра-Инженерия,2018. -453с. - 978-5-9729-0217-0. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=493884
27. Эртель А. И.. Карьера Струкова [Электронный ресурс] / М.:Директ-Медиа,2016. -321с. - 978-5-4475-8346-0. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=437202

Приложение № 1
к дополнительной
общеобразовательной
(общеразвивающей) программе
«Эффективные коучинговые
стратегии: создание пространства
для развития, целеполагание поиск
ресурсов и мотивация»

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН

**Рабочая программа дисциплины
«Введение в коучинг. Основные положения и философия коучинга»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование системы профессиональных знаний и профессиональных компетенций в основах коучинга.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Введение в коучинг. Основные положения и философия коучинга» составляет 78 академических часов.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. История и философия коучинга				
1.	Возникновение коучинга и его понятие	8	1	7
2.	Основные положения и принципы коучинга	8	1	7
3.	Этические стандарты в коучинге	10	2	8
ВСЕГО		26	4	22
Модуль II. Коучинговое взаимодействие с клиентом				
1.	Компетенции коуча. Виды запросов на коучинг	8	1	7
2.	Типы клиентов. Модель индивидуальных различий DISC	8	1	7
3.	Типологии личности Ицхака Адизеса и Поля Вара	10	2	8
ВСЕГО		26	4	22
Модуль III. Виды и форматы коучинга				
1.	Отличия коучинга от других видов практической помощи. Мастерство коуча	8	1	7
2.	Направления коучинга и форматы проведения коуч-сессий	8	1	7
3.	Особенности коучингового мышления	10	2	8
ВСЕГО		26	4	22
ИТОГО		78	12	66

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. История и философия коучинга.

Тема 1. Возникновение коучинга и его понятие. Определение коучинга. История создания коучинга как метода. Основные представители и создатели коучинга – Тимоти Голви, Джон Уитмор, Томас Леонард и другие ключевые фигуры. Метод сократовского диалога, майевтика. Актуальность коучинга в современных условиях. Задачи, решаемые коучингом. Формула коучингового взаимодействия Майлза Дауни.

Тема 2. Основные положения и принципы коучинга. Принципы Милтона Эриксона. Пресуппозиции коучинга. 50 принципов коучинга Томаса Дж. Леонарда. Ключевой принцип коучинга – принцип осознанности и ответственности. Директивный и недирективный коучинг. Преимущества и эффективность коучинга.

Тема 3. Этические стандарты в коучинге. Этические нормы коучинга. Этический кодекс Международной федерации коучинга (ICF). Профессиональный стандарт «Коуч» Ассоциации русскоязычных коучей. Положение профессии «Коуч» в России. Ошибки, которые может допускать коуч в своей работе.

Модуль II. Коучинговое взаимодействие с клиентом.

Тема 1. Компетенции коуча. Виды запросов на коучинг. Основные компетенции коуча. Требования к личности коуча. Определение и основные характеристики коуч-позиции. Виды запросов на коучинг.

Тема 2. Типы клиентов. Модель индивидуальных различий DISC. Типы клиентов (жалобщики, посетители, покупатели). Репрезентативные системы восприятия (аудиалы,

визуалы, кинестетики, дигиталы). Типология индивидуальных различий DICS (модель индивидуальных различий) Уильяма Марстона.

Тема 3. Типологии личности Ицхака Адизеса и Поля Вара. Модель личностных особенностей менеджеров РАЕИ Ицхака Адизеса. Теория адаптаций выживания и одобрения Поля Вара и Тайби Калера.

Модуль III. Виды и форматы коучинга.

Тема 1. Отличия коучинга от других видов практической помощи. Мастерство коуча. Отличия коучинга от психологического консультирования, психотерапии, консалтинга, наставничества (менторинга), тренингов, медиации, фасилитации. Критерии успеха коуч-сессии. Лестница мастерства коуча. Пять уровней компетентности.

Тема 2. Направления коучинга и форматы проведения коуч-сессий. Различные направления коучинга и их особенности: карьерный коучинг, семейный коучинг, бизнес-коучинг, командный коучинг, коучинг детей и подростков, спортивный коучинг, финансовый коучинг, коучинг до результата, трансформационный коучинг, самокоучинг и др. Индивидуальный и групповой коучинг. Различные форматы (личное взаимодействие, онлайн коуч-сессии с использованием средств видеосвязи, коучинг по телефону и в текстовых сообщениях) проведения коуч-сессий. Коучинговая беседа. Плюс и минусы различных форматов коуч-сессий.

Тема 3. Особенности коучингового мышления. Поддержка и фрустрация клиента как варианты взаимодействия и ведения коуч-сессии. Фокус внимания Я1 и Я2. Понятие «потока» по М. Чиксентмихайи, что это такое, как его достичь.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Возникновение коучинга и его понятие. 2. Основные положения и принципы коучинга. 3. Этические стандарты в коучинге.	Заполнение таблицы или создание схемы (на выбор), отражающей сходства и различия коучинга и психологического консультирования
2.	1. Компетенции коуча. Виды запросов на коучинг. 2. Типы клиентов. Модель индивидуальных различий DISC. 3. Типологии личности Ицхака Адизеса и Поля Вара.	1) Проведение классификации по типам клиентов («покупатель», «посетитель», «жалобщик») людей из предложенных ситуативных заданий на основании описаний 2) Проведение анализа этического кодекса коучей Международной федерации коучинга и профессионального стандарта «Коуч» Ассоциации русскоязычных коучей с выделением самых важных положений
3.	1. Отличия коучинга от других видов практической помощи. Мастерство коуча. 2. Направления коучинга и форматы проведения коуч-сессий. 3. Особенности коучингового	Заполнение сравнительной таблицы по информации об основных создателях и ключевых фигурах коучинга с указанием имени, разработанного определения коучинга, внесенного вклада в развитие коучинга и основных взглядов

Список используемой литературы и информационных источников.**Основная литература.**

1. Прохорова, Е.А. Введение в коучинг. Основные положения и философия коучинга / Е.А. Прохорова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22783>

Дополнительная литература.

1. Савкин А. Д., Данилова М. А.. Коучинг по-русски : от смелости желать к смелости быть [Электронный ресурс] / М.:Проспект,2016. -176с. - 978-5-392-20321-5. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443862
2. Теория и практика коучинга: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, Д.А. Ершова, С.В. Нищитенко ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 172 с.. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596411>
3. Шекшня С.. Как эффективно управлять свободными людьми : коучинг [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблицерз,2016. -206с. - 978-5-9614-2233-7. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279494

**Рабочая программа дисциплины
«Методы и инструменты коучингового подхода»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в вопросах методов и инструментов коучингового подхода.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Методы и инструменты коучингового подхода» составляет 70 академических часов.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Структура и модели коуч-сессии				
1.	Структура и особенности коуч-сессии	7	3	4
2.	Модели коучингового взаимодействия GROW, SCORE, T, SCORE, IMULL, CLEAR, PURE, DNA, ГССП	7	3	4
3.	Дополнительные модели коучинга PRO, COACH2, модель Мэри Бет О'Нил, FUEL, GoMad, RACSR	9	4	5
ВСЕГО		23	10	13
Модуль II. Базовые инструменты коучинга				
1.	Уровни слушания и обратная связь в коучинге	7	3	4
2.	Эффективные вопросы в коучинге	7	3	4
3.	Шкала в коучинге	9	4	5
ВСЕГО		23	10	13
Модуль III. Основные техники коучинга				
1.	Техника «Колесо жизненного баланса»	7	3	4
2.	Постановка цели SMART, SMARTER, SCHMART и визуализация	8	3	5
3.	Техники «Линия времени» и «Линия состояния»	9	4	5
ВСЕГО		24	10	14
ИТОГО		70	30	40

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Структура и модели коуч-сессии.

Тема 1. Структура и особенности коуч-сессии. Структура коуч-сессии. Базовая структура коуч-сессии. Этапы коуч-сессии. Раппорт как создание хорошего, безопасного и доверительного пространства. Варианты создания и поддержания хорошего раппорта. Контракт на коучинг. Тема, цель, цель на сессию, работа с целью. Шаги по достижению цели. Результат коуч-сессии. Анализ проведенной коуч-сессии.

Тема 2. Модели коучингового взаимодействия GROW, SCORE, T, SCORE, IMULL, CLEAR, PURE, DNA, ГССП. Модель GROW Джона Уитмора как модель эффективных вопросов. Модель «Т» Майлза Дауни. Модель SCORE – стратегия Аристотеля, используемая для анализа и определения проблемного пространства. Модель коучинга IMULL рассматриваемая как метод решения задач и принятия эффективных решений. Модель CLEAR в качестве структурной основы коучинга. Модель PURE. Модель DNA являющаяся основой мотивационного коучинга. Модель ГССП.

Тема 3. Дополнительные модели коучинга PRO, COACH2, модель Мэри Бет О'Нил, FUEL, GoMad, RACSR. Модель коучинга PRO. Модель COACH2. Модель Мэри Бет О'Нил. Модель коучинга FUEL, предложенная Джоном Зингером и Кэтлин Стиннет. «GoMAD» - системная макро модель повышения эффективности и мотивации в достижении цели. Модель RACSR.

Модуль II. Базовые инструменты коучинга.

Тема 1. Уровни слушания и обратная связь в коучинге. Понятие активного слушания в коучинге, 3 уровня слушания. Обратная связь в коучинге. Важность инструмента обратной связи. Алгоритм обратной связи при коучинговом подходе. Обратная связь в разных контекстах. Формула обратной связи Тима Рассела.

Тема 2. Эффективные вопросы в коучинге. Эффективные вопросы - смысл и содержание понятия. 4 главных вопроса в коучинге. Типы вопросов. Открытые и закрытые вопросы, их цели и условия использования в коучинге. Квадрат принятия решений Рене Декарта как отличная коучинговая техника. Работа с форматом «как если бы».

Тема 3. Шкала в коучинге. Применение шкалы в коучинге. Два типа используемых шкал. Алгоритм работы со шкалой. Использование шкалирование а малых этапах сессии для оценки конкретных утверждений, отношения к проблематике и общего понимания своих возможностей и желаний. Пример коуч-сессии с использованием шкалы.

Модуль III. Основные техники коучинга.

Тема 1. Техника «Колесо жизненного баланса». «Колесо баланса», «Колесо жизненного баланса», «Колесо жизни» как одна из самых мощных и гибких техник, которые используются в коучинге. Алгоритм выполнения техники «Колесо баланса». Результат выполнения техники «Колесо баланса». Угрозы использования колеса жизни.

Тема 2. Постановка цели SMART, SMARTER, SCHMART и визуализация. Модель SMART для постановки цели. Варианты расшифровки модели SMART. SMARTER и SCHMART. Уточняющие вопросы для формулирования цели. Примеры «умных» целей. Техника «Визуализация цели».

Тема 3. Техники «Линия времени» и «Линия состояния». Техника «Линия времени», применяемая в коучинге и являющаяся эффективным инструментом для выработки навыка постановки цели и планирования ее достижения. Этапы техники «Линия времени» в пространстве. В технике «Линия состояния» с применением использования пространства.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Структура и особенности коуч-сессии. 2. Модели коучингового взаимодействия GROW, SCORE, T, SCORE, IMULL, CLEAR, PURE, DNA, ГССП. 3. Дополнительные модели коучинга PRO, COACH2, модель Мэри Бет О'Нил, FUEL, GoMad, RACSR.	Составление коллажа из рисунков или фотографий на тему «Этапы коуч-сессии» с отражением в коллаже представлений о проведении коуч-сессии и коучинговом взаимодействии с клиентом
2.	1. Уровни слушания и обратная связь в коучинге. 2. Эффективные вопросы в коучинге. 3. Шкала в коучинге.	1) Применение относительно себя техники «Колесо баланса» в контексте будущей профессии психолога или коуча 2) Заполнение сравнительной таблицы по основным моделям коучинга с указанием названия модели, расшифровки модели, описанием, в

		каких целях и случаях может быть применена эта модель
3.	1. Техника «Колесо жизненного баланса». 2. Постановка цели SMART, SMARTER, SCHMART и визуализация. 3. Техники «Линия времени» и «Линия состояния».	1) Изложение целей, предложенных преподавателем с использованием модели SMART 2) Составление плана-конспекта 30-минутной коуч-сессии с клиентом на тему достижения какой-либо цели

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Прохорова, Е.А. Методы и инструменты коучингового подхода / Е.А. Прохорова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22785>

Дополнительная литература.

1. Бобинкин, С.А. Психологические основы управления персоналом : учебное пособие / С.А. Бобинкин, Н.В. Филинова, Н.С. Акатова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет». Филиал в г. Клину. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. - 172 с. : ил., табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-9177-9 ; То же [Электронный ресурс]. - . - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=460208&sr=1
2. Данилина, Е.И. Инновационный менеджмент в управлении персоналом : учебник / Е.И. Данилина, Д.В. Горелов, Я.И. Маликова. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2019. - 208 с. : ил. - (Серия «Учебные издания для бакалавров»). - Библиогр.: с. 201 - 203. - ISBN 978-5-394-02527-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496191>
3. Савкин А. Д., Данилова М. А.. Коучинг по-русски : от смелости желать к смелости быть [Электронный ресурс] / М.:Проспект,2016. -176с. - 978-5-392-20321-5. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443862

**Рабочая программа дисциплины
«Мотивация в коучинге: построение стратегий успеха, достижение цели»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в вопросах мотивации в коучинге.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Мотивация в коучинге: построение стратегий успеха, достижение цели» составляет 52 академических часа.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Ведущие мотивы и роль мотивации в результативности деятельности				
1.	Ведущие мотивы и их выявление	5	1	4
2.	Роль мотивации в результативности деятельности. Мотивация в учебной деятельности. Методики диагностики мотивации	5	1	4
3.	Эффективные техники самомотивации	7	2	5
ВСЕГО		17	4	13
Модуль II. Психология мотивации. Работа с сопротивлением и ограничивающими убеждениями				
1.	Гремнины в коучинге, ловушки принятия решений, самосаботаж	5	1	4
2.	Работа с сопротивлением и ограничивающими убеждениями	5	1	4
3.	Управление изменениями. Формулы изменений. Мотивационные принципы Тойота	7	2	5
ВСЕГО		17	4	13
Модуль III. Достижение целей и психология успеха				
1.	Коучинговые техники создания поддерживающей среды. Теория закрепления В. Скиннера	5	1	4
2.	Психология успеха. Слагаемые успеха. Целеполагание	6	1	5
3.	Примеры мотивации сотрудников трёх ведущих компаний мира: Apple, Microsoft, Google	7	2	5
ВСЕГО		18	4	14
ИТОГО		52	12	40

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Ведущие мотивы и роль мотивации в результативности деятельности.

Тема 1. Ведущие мотивы и их выявление. Ознакомление с теоретическим описанием понятия «Мотив», прояснение отличий между мотивом, стимулом и мотивацией, выявление ведущих мотивов в человеческой жизни и деятельности, как осознаваемых, так и бессознательных.

Тема 2. Роль мотивации в результативности деятельности. Мотивация в учебной деятельности. Методики диагностики мотивации. Изучение роли мотивации в результативности деятельности, изучение способов повышения мотивации в учебной деятельности, ознакомление с методиками диагностики мотивации (психологическими тестами), включая 16-ти факторный тест Рисса на определение мотивационного профиля личности.

Тема 3. Эффективные техники самомотивации. Ознакомление с понятием самомотивации, наиболее известными техниками самомотивации, заботы о себе и овладение навыками практического управления самомотивацией.

Модуль II. Психология мотивации. Работа с сопротивлением и ограничивающими убеждениями.

Тема 1. Гремлины в коучинге, ловушки принятия решений, самосаботаж. Ознакомление с коучинговым понятием «гремлины» и методами работы с ограничивающими убеждениями, ловушками принятия решений и формами самосаботажа, изучение эффективных контрмер, которые можно предпринять для противодействия всему вышеперечисленному.

Тема 2. Работа с сопротивлением и ограничивающими убеждениями. Изучение психологических особенностей работы с сопротивлением клиента и методов работы с сопротивлением и ограничивающими убеждениями клиента, ознакомление с практическими приёмами обхода сопротивления клиента, используемыми в коучинге.

Тема 3. Управление изменениями. Формулы изменений. Мотивационные принципы Тойота. Изучение способов управления изменениями, сопровождающими трансформационный процесс в организации, 8 шагов управления изменениями Джона Коттера, знакомство с формулами, которые количественно описывают изменения, обзор мотивационных принципов компании ТОЙОТА.

Модуль III. Достижение целей и психология успеха.

Тема 1. Коучинговые техники создания поддерживающей среды. Теория закрепления В. Скиннера. Ознакомление с коучинговыми техниками создания поддерживающей среды, изучение теории усиления мотивации и закрепления Берреса Фредерика Скиннера и его последователей.

Тема 2. Психология успеха. Слагаемые успеха. Целеполагание. Ознакомление с психологией успеха, со слагаемыми успеха, изучение специфики целеполагания, овладение навыками целеполагания.

Тема 3. Примеры мотивации сотрудников трёх ведущих компаний мира: Apple, Microsoft, Google. Ознакомление с лучшими мировыми практиками в области мотивации сотрудников трёх самых известных мировых ИТ-гигантов.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Ведущие мотивы и их выявление. 2. Роль мотивации в результативности деятельности. Мотивация в учебной деятельности. Методики диагностики мотивации. 3. Эффективные техники самомотивации.	Выполнение тестирования на определение своего мотивационного профиля с использованием теста Рисса
2.	1. Гремлины в коучинге, ловушки принятия решений, самосаботаж. 2. Работа с сопротивлением и ограничивающими убеждениями. 3. Управление изменениями. Формулы изменений. Мотивационные принципы Тойота.	Составление списка подходящих профессий и сфер деятельности с учётом мотивационного профиля личности и выбором из этого списка 3-х наиболее подходящих профессий / сфер деятельности
3.	1. Коучинговые техники создания поддерживающей среды. Теория закрепления В. Скиннера. 2. Психология успеха. Слагаемые успеха. Целеполагание.	Построение иерархии степени значимости наиболее подходящих профессий / сфер деятельности с обозначением путей достижения желаемого

	3. Примеры мотивации сотрудников трёх ведущих компаний мира: Apple, Microsoft, Google.	
--	--	--

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Мингалёв, В.О. Мотивация в коучинге: построение стратегий успеха, достижение цели / В.О. Мингалёв. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2020. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22787>

Дополнительная литература.

1. Иванова С. В.. 50 советов по нематериальной мотивации [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблишер,2016. -237с. - 978-5-9614-4593-0. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=229799
2. Иванова С. В.. Мотивация на 100% : А где же у него кнопка? [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблишер,2016. -285с. - 978-5-9614-5286-0. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=229802
3. Шапиро С. А., Кувакова И. М.. Краткий курс мотивации труда: учебное пособие [Электронный ресурс] / Москва|Берлин:Директ-Медиа,2018. -96с. - 978-5-4475-9773-3. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=495213

**Рабочая программа дисциплины
«Коучинг эмоционального интеллекта: техники развития эмоциональной компетентности»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в области коучинга эмоционального интеллекта, техник развития эмоциональной компетентности.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Коучинг эмоционального интеллекта: техники развития эмоциональной компетентности» составляет 52 академических часа.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Сущность понятия "эмоциональный интеллект"				
1.	Что такое эмоциональный интеллект	5	1	4
2.	Основные модели эмоционального интеллекта	5	1	4
3.	Опросники и тесты на определение уровня эмоционального интеллекта	7	2	5
ВСЕГО		17	4	13
Модуль II. Эмоциональный интеллект в действии				
1.	Роль эмоционального интеллекта в бизнесе и лидерстве	5	1	4
2.	Гендерные различия и роль эмоционального интеллекта в воспитании	5	1	4
3.	Роль эмоционального интеллекта в личной жизни	7	2	5
ВСЕГО		17	4	13
Модуль III. Техники развития эмоционального интеллекта и стрессоустойчивости				
1.	Стресс и эмоции	5	1	4
2.	Возможности развития эмоционального интеллекта. Осознание эмоций	6	1	5
3.	Отдельные техники развития эмоционального интеллекта и стрессоустойчивости	7	2	5
ВСЕГО		18	4	14
ИТОГО		52	12	40

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Сущность понятия "эмоциональный интеллект".

Тема 1. Что такое эмоциональный интеллект. Понятие интеллекта, теория множественного интеллекта Гарднера, история становления эмоционального интеллекта, определение, механизмы возникновения и выражения эмоций. Теория дифференциальных эмоций Изарда.

Тема 2. Основные модели эмоционального интеллекта. Модель Бар-Она, модель Мэйера-Сэловея-Карузо, смешанная модель Гоулмана, модель эмоционального интеллекта лидера, модель эмоционального интеллекта Д. Люсина.

Тема 3. Опросники и тесты на определение уровня эмоционального интеллекта. Рассмотрение и сравнение стандартизированных методик определения уровня эмоционального интеллекта (EQ-i, MSCEIT, ЭИИ и др) Обсуждение переведенных и созданных в России методик, а также Шкалы эмоционального отклика и Торонтской Алекситимической Шкалы.

Модуль II. Эмоциональный интеллект в действии.

Тема 1. Роль эмоционального интеллекта в бизнесе и лидерстве. Эмоциональное лидерство, пяти основных составляющих эмоциональных способностей для бизнеса. Развития эмоционального интеллекта лидера.

Тема 2. Гендерные различия и роль эмоционального интеллекта в воспитании. Гендерных различия, влияния эмоционального интеллекта в воспитании. Три самые распространенные эмоционально неподходящие манеры родительского поведения, пять шагов эмоционального воспитания.

Тема 3. Роль эмоционального интеллекта в личной жизни. Важность осознания и управления эмоциями в отношениях, три психологических закона близких отношений. Всадники Апокалипсиса по Готтману.

Модуль III. Техники развития эмоционального интеллекта и стрессоустойчивости.

Тема 1. Стресс и эмоции. Значимость проблемы стресса. Различные определения стресса, фазы стресса по Селье, различия стресса и дистресса по Селье. Разделение механизмов стресса и эмоций. Классификация стрессоров, стрессореактивность и стрессоустойчивость. Классификация методов саморегуляции стрессовых состояний.

Тема 2. Возможности развития эмоционального интеллекта. Осознание эмоций. Возможности развития эмоционального интеллекта, методологическая направленность и разноплановость техник. Изучение техник, направленных на осознание собственных эмоций, в том числе Дневник эмоций, шкалирование.

Тема 3. Отдельные техники развития эмоционального интеллекта и стрессоустойчивости. Разнообразные техники осознания своих и чужих эмоций, в том числе рисуночные техники «Где чувства живут в теле», изучение техник управления своими эмоциями и повышения уровня стрессоустойчивости.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Что такое эмоциональный интеллект. 2. Основные модели эмоционального интеллекта. 3. Опросники и тесты на определение уровня эмоционального интеллекта.	Выполнение мудборда из рисунков или фотографий на тему этой эмоции, который отражает субъективное представление об эмоциях, ассоциации субъекта с этими эмоциями
2.	1. Роль эмоционального интеллекта в бизнесе и лидерстве. 2. Гендерные различия и роль эмоционального интеллекта в воспитании. 3. Роль эмоционального интеллекта в личной жизни.	Заполнение таблицы «Мой стресс» с проведением анализа особенностей реакции на стресс и стрессовые ситуации
3.	1. Стресс и эмоции. 2. Возможности развития эмоционального интеллекта. Осознание эмоций. 3. Отдельные техники развития эмоционального интеллекта и стрессоустойчивости.	Заполнение таблицы «Шкалирование эмоций» и «Шкалирование гнева» с проведением анализа проведенных техник

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Ахмедова, В.Э. Коучинг эмоционального интеллекта: техники развития эмоциональной компетентности / В.Э. Ахмедова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2020. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22789>

Дополнительная литература.

1. Савкин А. Д., Данилова М. А.. Коучинг по-русски : от смелости желать к смелости быть [Электронный ресурс] / М.:Проспект,2016. -176с. - 978-5-392-20321-5. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443862
2. Филиппова О. А.. Обучение эмоциональному речевому воздействию: учебное пособие [Электронный ресурс] / Москва:Издательство «Флинта»,2017. -143с. - 978-5-9765-1230-6. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=114481
3. Шекшня С.. Как эффективно управлять свободными людьми : коучинг [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблишерз,2016. -206с. - 978-5-9614-2233-7. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279494

**Рабочая программа дисциплины
«Коучинг по тайм-менеджменту: технологии организации времени и повышения
эффективности его использования»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в области коучинга по тайм-менеджменту.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Коучинг по тайм-менеджменту: технологии организации времени и повышения эффективности его использования» составляет 56 академических часов.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. История и философия тайм-менеджмента				
1.	История становления тайм-менеджмента. Основные отличия классического и современного тайм-менеджмента	5	1	4
2.	Топ 10 мифов, связанных с тайм-менеджментом. Основные принципы и ошибки современного тайм-менеджмента	6	1	5
3.	Поглотители времени — хронофаги	7	2	5
ВСЕГО		18	4	14
Модуль II. Основные методики тайм-менеджмента				
1.	Основные методики расстановки приоритетов	6	1	5
2.	Лягушки, слоны и другая живность тайм-менеджмента	6	1	5
3.	Метод швейцарского сыра	7	2	5
ВСЕГО		19	4	15
Модуль III. Эффективное планирование и анализ результатов				
1.	Разнообразные методики планирования. Жестко-гибкое планирование	6	1	5
2.	Метод пяти пальцев	6	1	5
3.	Система тайм-менеджмента GTD (Getting Things Done)	7	2	5
ВСЕГО		19	4	15
ИТОГО		56	12	44

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. История и философия тайм-менеджмента.

Тема 1. История становления тайм-менеджмента. Основные отличия классического и современного тайм-менеджмента. История возникновения и формирования тайм-менеджмента, основатели и ключевых фигуры тайм-менеджмента. Различия между классическим тайм-менеджментом и современным, достоинства и недостатки классического тайм-менеджмента.

Тема 2. Топ 10 мифов, связанных с тайм-менеджментом. Основные принципы и ошибки современного тайм-менеджмента. Заблуждения и мифы, связанные с тайм - менеджментом. Основные принципы современного тайм-менеджмента, знакомство с частыми ошибками, подробный разбор методики «Хронометраж».

Тема 3. Поглотители времени — хронофаги. Определение хронофага, различные классификации и соответствующие методы борьбы с ними. Стандартные хронофаги в современном мире и хронофаги, связанные с ошибками в организации и планировании.

Модуль II. Основные методики тайм-менеджмента.

Тема 1. Основные методики расстановки приоритетов. Основные методики расстановки приоритетов – матрица Эйзенхауэра, ABC-анализ, АБВГ- анализ, матрица Усилия-Влияния, Самая важная задача на день (MIT).

Тема 2. Лягушки, слоны и другая живность тайм-менеджмента. Лягушки, слоны и другая живность тайм-менеджмента. Различные методика поедания лягушек, слонов и мамонтов.

Тема 3. Метод швейцарского сыра. Назначение и суть метода, как появился, и почему так называется, для каких случаев подходит. Что можно «откусить» от задачи. примеры использования и о чем важно помнить.

Модуль III. Эффективное планирование и анализ результатов.

Тема 1. Разнообразные методики планирования. Жестко-гибкое планирование. Список дел на день, 7 шагов к эффективному списку дел на день, метод Шваба, Альпы, 1-2-3, техника Pomodoro и другие. Жестко-гибкая система планирования.

Тема 2. Метод пяти пальцев. Изучение Метода пяти пальцев – его сути, как им пользоваться для анализа прошедшего и как для анализа задачи. Изучение расширенной версии методики.

Тема 3. Система тайм-менеджмента GTD (Getting Things Done). Получение знаний относительно системы тайм-менеджмента GTD (Getting Things Done). Изучение ее базовых принципов и алгоритмов.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. История становления тайм-менеджмента. Основные отличия классического и современного тайм-менеджмента. 2. Топ 10 мифов, связанных с тайм-менеджментом. Основные принципы и ошибки современного тайм-менеджмента. 3. Поглотители времени — хронофаги.	Заполнение аналитической таблицы "Моё время" с отработкой умения выявлять разницу в восприятии времени и отношения к нему
2.	1. Основные методики расстановки приоритетов. 2. Лягушки, слоны и другая живность тайм-менеджмента. 3. Метод швейцарского сыра.	1) Проведение хронометража в течение недели с составлением на его основе списка самых частых хронофагов и заполнением соответствующей таблицы 2) Проведение анализа двух дней подряд по методу пяти пальцев с заполнением таблицы по распределению времени
3.	1. Разнообразные методики планирования. Жестко-гибкое планирование. 2. Метод пяти пальцев. 3. Система тайм-менеджмента GTD (Getting Things Done).	1) Отработка навыка разделения "слонов", указанных преподавателем, на "бифштексы" 2) Составление плана-конспекта 30-минутной коуч-сессии с клиентом на тему тайм-менеджмента

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Ахмедова, В.Э. Коучинг по тайм-менеджменту: технологии организации времени и повышения эффективности его использования / В.Э. Ахмедова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2020. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22791>

Дополнительная литература.

1. Архангельский Г.. Корпоративный тайм-менеджмент : энциклопедия решений [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблишерз,2016. -161с. - 978-5-9614-1380-9. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=229830
2. Медведева, В.Р. Тайм-менеджмент. Развитие навыков эффективного управления временем / В.Р. Медведева ; Министерство образования и науки России, Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : КНИТУ, 2017. – 92 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=560859> (дата обращения: 09.09.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7882-2266-0. – Текст : электронный
3. Теория и практика коучинга: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, Д.А. Ершова, С.В. Нищитенко ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 172 с. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596411>

Рабочая программа дисциплины
«Техники ведущих психотерапевтических направлений в коучинге: НЛП, арт-терапия, транзактный анализ, телесно-ориентированная терапия»

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в вопросах техник ведущих психотерапевтических направлений в коучинге.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Техники ведущих психотерапевтических направлений в коучинге: НЛП, арт-терапия, транзактный анализ, телесно-ориентированная терапия» составляет 52 академических часа.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Нейролингвистическое программирование в коуч-технологиях				
1.	Основные положения НЛП направления	5	1	4
2.	Организация деятельности коучинговой встречи	5	1	4
3.	Эффективные техники для запросов целеполагания	7	2	5
ВСЕГО		17	4	13
Модуль II. Арт-терапевтические техники как инструмент коучинговых сессий				
1.	Техники арт-коучинга для исследования целей	5	1	4
2.	Сказки и притчи в коучинге	5	1	4
3.	Метафорические ассоциативные изображения в коучинге	7	2	5
ВСЕГО		17	4	13
Модуль III. Техники для гармонизации взаимодействия между частями личностями в коучинге. Внутренний ребенок, родитель и взрослый				
1.	Роль и функции эго-состояний в коучинговом процессе	5	1	4
2.	Техники для идентификации и укрепления эго-состояний	6	1	5
3.	Использование методов телесно-ориентированной терапии в коучинговых сессиях	7	2	5
ВСЕГО		18	4	14
ИТОГО		52	12	40

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Нейролингвистическое программирование в коуч-технологиях.

Тема 1. Основные положения НЛП направления. История происхождения. Авторы метода. Основы процесса моделирования. Пресуппозиции НЛП. Условные рефлексы. Якорение. Каналы восприятия.

Тема 2. Организация деятельности коучинговой встречи. Контакт в процессе сессии. Установление раппорта, калибровка, подстройка, ведение. Репрезентативные системы. Врата сортировки. Поведение глаз. Фильтры восприятия: удаление, искажение, обобщение.

Тема 3. Эффективные техники для запросов целеполагания. Процессы моделирования. Метамоделли. Метапрограммы. Техники TOTE, SOAR. Рефрейминг. Техника Шестишагового рефрейминга.

Модуль II. Арт-терапевтические техники как инструмент коучинговых сессий.

Тема 1. Техники арт-коучинга для исследования целей. Арт-коучинг и его отличия от классического коучинга. Психологическое сопротивление в процессе коучинга. Виды саботажа. Техники: «Лестница преодолений», «Арт SWOT анализ», «Генератор», «ТА-ДА», «Арт-колесо».

Тема 2. Сказки и притчи в коучинге. Метафоры и изоморфизм. Использование сказок в коучинговой сессии. Алгоритм создания героической коучинговой сказки. Притчи и психотерапевтические истории в пространстве коучинговой встречи. Правила и особенности использования притчи в групповом и индивидуальном формате. Пример из практики с использованием истории.

Тема 3. Метафорические ассоциативные изображения в коучинге. Понятия метафора, ассоциация и проекция. Общие признаки и принципы использования проективных методик. Техники «Квадрат Декарта», «GROW». Стенография коучинговой сессии.

Модуль III. Техники для гармонизации взаимодействия между частями личностями в коучинге. Внутренний ребенок, родитель и взрослый.

Тема 1. Роль и функции эго-состояний в коучинговом процессе. Эго-состояния Ребенок, Взрослый, Родитель. Маркеры, функции и жалобы из этих состояний. Встреча с внутренним Ребенком. Тест на ролевые позиции в межличностных отношениях.

Тема 2. Техники для идентификации и укрепления эго-состояний. Роли и признаки Взрослого, Родителя, Ребенка. Стратегия Уолта Диснея. Техника «Хочу – Надо», «Хочу – Могу – Надо». Устойчивый Взрослый. Техника «Разрыв болезненных отношений».

Тема 3. Использование методов телесно-ориентированной терапии в коучинговых сессиях. Понятия тело и телесность. Причины потери контакта с телом. Пример включения телесно-ориентированного подхода в другие техники. Техника релаксации по Джекобсону. Упражнение на осознание психофизических состояний. Интегративная техника.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Основные положения НЛП направления. 2. Организация деятельности коучинговой встречи. 3. Эффективные техники для запросов целеполагания.	Проведение работы с ассоциациями по метафорическим картам с последующим анализом ответов и ответами на вопросы преподавателя
2.	1. Техники арт-коучинга для исследования целей. 2. Сказки и притчи в коучинге. 3. Метафорические ассоциативные изображения в коучинге.	Выполнение техники «ТА-ДА» с последующим написанием отчета
3.	1. Роль и функции эго-состояний в коучинговом процессе. 2. Техники для идентификации и укрепления эго-состояний. 3. Использование методов телесно-ориентированной терапии в коучинговых сессиях.	Выполнение техники «Сказочная история» с последующим написанием отчета

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Расулова, Е.В. Техники ведущих психотерапевтических направлений в коучинге: НЛП, арт-терапия, транзактный анализ, телесно-ориентированная терапия / Е.В. Расулова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22797>

Дополнительная литература.

1. Белова Е. В., Зинченко Е. В.. Методы НЛП и арт-терапии в работе психолога и менеджера: учебное пособие [Электронный ресурс] / Таганрог:Издательство Южного федерального университета,2017. -99с. - 978-5-9275-2315-3. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=492976

2. Зинкер Д.. В поисках хорошей формы. Гештальт-терапия с супружескими парами и семьями = IN SEARCH OF GOOD FORM. GESTALT THERAPY WITH COUPLES AND FAMILIES [Электронный ресурс] / М.:Институт общегуманитарных исследований|Корвет,2016. -274с. - 978-5-94193-841-4. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=454585

3. Сатир В.. Коммуникация в психотерапии [Электронный ресурс] / М.:Институт общегуманитарных исследований,2016. -82с. - 978-5-94193-892-6. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=455160

**Рабочая программа дисциплины
«Основы конфликтологии. Работа коуча с кризисными ситуациями. Работа со
стрессом. Медиация»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в вопросах основ конфликтологии; работы коуча с кризисными ситуациями; работы со стрессом и медиации.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Основы конфликтологии. Работа коуча с кризисными ситуациями. Работа со стрессом. Медиация» составляет 40 академических часов.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Антикризисный коучинг				
1.	Понятие и сущность кризиса и кризисной ситуации. Динамические характеристики кризисных ситуаций	3	1	2
2.	Понятие и сущность биографических кризисов. Коучинговые технологии работы в кризисных ситуациях	5	2	3
3.	Кризис в организации. Особенности работы коуча с коллективом в кризисных ситуациях	5	2	3
ВСЕГО		13	5	8
Модуль II. Основы конфликтологии. Способы разрешения конфликтов				
1.	Конфликтология. Конфликты, причины их возникновения. Конструктивный и деструктивный конфликт. Конфликтная ситуация	3	1	2
2.	Виды конфликтов. Внутриличностный и межличностный конфликт	5	2	3
3.	Коучинг конфликтов. Способы, этапы, стратегии разрешения конфликтных ситуаций. Типичные ошибки конфликтных личностей	5	2	3
ВСЕГО		13	5	8
Модуль III. Способы разрешения конфликтов. Медиация. Стресс-менеджмент				
1.	Примеры коуч-сессий. Стратегии работы с внутриличностным конфликтом. Взаимосвязь внутриличностных и межличностных конфликтов	4	1	3
2.	Медиация. Функции медиации. Фазы медиации. Участие коуча в медиации	5	2	3
3.	Стресс. Помощь в стрессовых ситуациях. Саморегуляция	5	2	3
ВСЕГО		14	5	9
ИТОГО		40	15	25

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Антикризисный коучинг.

Тема 1. Понятие и сущность кризиса и кризисной ситуации. Динамические характеристики кризисных ситуаций. Понятие кризиса, его составляющие. Типы кризисных ситуаций. Способы переживания. Выходы из кризиса. Стадии (динамика) кризиса. Схема описания кризиса. Доминирующие чувства в кризисной ситуации. Признаки приближения кризиса. Ситуационная реакция на стресс.

Тема 2. Понятие и сущность биографических кризисов. Коучинговые технологии работы в кризисных ситуациях. Характеристика биографического кризиса. Источники. Типы биографических кризисов. Основные задачи коучинга. Упражнение «триптих».

Тема 3. Кризис в организации. Особенности работы коуча с коллективом в кризисных ситуациях. Сопротивление переменам и его преодоление. Почему люди не желают меняться. Методы мотивации и стимулирования перемен. Важные качества успешных людей в момент кризиса. Работа с целями.

Модуль II. Основы конфликтологии. Способы разрешения конфликтов.

Тема 1. Конфликтология. Конфликты, причины их возникновения. Конструктивный и деструктивный конфликт. Конфликтная ситуация. Конфликтология как наука. Объект конфликтологии. Предмет конфликтологии. Понятие управления конфликтами. Стадии развития конфликта. Причины возникновения. Конструктивные и деструктивные конфликты.

Тема 2. Виды конфликтов. Внутриличностный и межличностный конфликт. Межличностный конфликт. Характеристика внутриличностного конфликта. Признаки межличностного конфликта и взаимосвязь с другими видами конфликтов. Отношения между субъектами конфликта. Виды межличностных конфликтов. Типы конфликтных личностей. Кодекс успешного поведения в конфликте. Упражнение (методика работы с внутриличностным конфликтом).

Тема 3. Коучинг конфликтов. Способы, этапы, стратегии разрешения конфликтных ситуаций. Типичные ошибки конфликтных личностей. Стресс и стрессовая ситуация. Причины возникновения. Способы регуляции. Саморегуляция.

Модуль III. Способы разрешения конфликтов. Медиация. Стресс-менеджмент.

Тема 1. Примеры коуч-сессий. Стратегии работы с внутриличностным конфликтом. Взаимосвязь внутриличностных и межличностных конфликтов. Стратегии работы с внутриличностным конфликтом. Взаимосвязь внутриличностных и межличностных конфликтов.

Тема 2. Медиация. Функции медиации. Фазы медиации. Участие коуча в медиации. Психология переговорного процесса по разрешению конфликтов Алгоритм ситуационно анализа для разрешения конфликтных ситуаций. Алгоритм деятельности руководителя в процессе управления конфликтами.

Тема 3. Стресс. Помощь в стрессовых ситуациях. Саморегуляция. Медиация. Функции медиации. Фазы медиации. Участие коуча в медиации.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Понятие и сущность кризиса и кризисной ситуации. Динамические характеристики кризисных ситуаций. 2. Понятие и сущность биографических кризисов. Коучинговые технологии работы в кризисных ситуациях. 3. Кризис в организации. Особенности работы коуча с коллективом в кризисных ситуациях.	Выполнение техники «Триптих» с написанием выводов по работе
2.	1. Конфликтология. Конфликты, причины их возникновения. Конструктивный и деструктивный конфликт. Конфликтная ситуация.	Отработка теста «30 пословиц» с написанием выводов и рекомендаций по полученным результатам

	2. Виды конфликтов. Внутриличностный и межличностный конфликт. 3. Коучинг конфликтов. Способы, этапы, стратегии разрешения конфликтных ситуаций. Типичные ошибки конфликтных личностей.	
3.	1. Примеры коуч-сессий. Стратегии работы с внутриличностным конфликтом. Взаимосвязь внутриличностных и межличностных конфликтов. 2. Медиация. Функции медиации. Фазы медиации. Участие коуча в медиации. 3. Стресс. Помощь в стрессовых ситуациях. Саморегуляция.	Выполнение техники «Устранение противоречащих убеждений» с заполнением аналитической таблицы по результатам отработки техники

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Мельник, С.А. Основы конфликтологии. Работа коуча с кризисными ситуациями. Работа со стрессом. Медиация / С.А. Мельник. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=23227>

Дополнительная литература.

1. Анцупов А. Я., Баклановский С. В.. Конфликтология в схемах и комментариях: учебное пособие [Электронный ресурс] / М.:Прспект,2016. -336с. - 978-5-392-19675-3. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443553

2. Медиация: учебник [Электронный ресурс] / СПб.:Статут |АНО «Редакция журнала «Третейский суд»,2016. -480с. - 978-5-9036-9207-1. - ISBN 978-5-8354-1151-1 (Издательство «Статут»). - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=452698

3. Шарков, Ф.И. Общая конфликтология : учебник / Ф.И. Шарков, В.И. Сперанский ; под общ. ред. Ф.И. Шаркова ; Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2018. - 238 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-02402-3 ; То же [Электронный ресурс].. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496066>

**Рабочая программа дисциплины
«Особенности коучинг-тренинга. Командный коучинг и коучинг для целей
организации»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в вопросах особенностей коучинг-тренинга.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Особенности коучинг-тренинга. Командный коучинг и коучинг для целей организации» составляет 60 академических часов.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Командообразование и командный коучинг				
1.	Командообразование: цели и модель формирования команды, культура командного взаимодействия. Тимбилдинг и его ценность	6	2	4
2.	Командная работа: кроссфункциональность и численность команды, типовые командные роли. Формирование сбалансированных команд и их фасилитация	6	2	4
3.	Командный коучинг: оценка вовлечённости, использование колеса баланса и развитие креативности по методу Уолта Диснея	7	2	5
ВСЕГО		19	6	13
Модуль II. Практические инструменты командной работы и коучинга				
1.	Коучинг-тренинг: техники и особенности применения	6	2	4
2.	Превентивная работа коуча по предотвращению конфликтов в команде	6	2	4
3.	Модель перехода эмоциональных состояний Фишера. Преодоление «токсичности» в команде: коучинговый подход	8	3	5
ВСЕГО		20	7	13
Модуль III. Коучинг для целей организации				
1.	Agile-коучинг: ценности и преимущества использования. Профессия Agile-коуча	6	2	4
2.	Цели и техники бизнес-коучинга	7	2	5
3.	Коучинг как инструмент создания креативной бизнес-среды	8	3	5
ВСЕГО		21	7	14
ИТОГО		60	20	40

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Командообразование и командный коучинг.

Тема 1. Командообразование: цели и модель формирования команды, культура командного взаимодействия. Тимбилдинг и его ценность. Выяснить, что включает в себя командообразование и какие цели оно преследует; определить, чем команда отличается от группы; ознакомиться с моделью формирования команды по Такману; рассмотреть вопросы культуры командного взаимодействия; ознакомиться с краткой историей тимбилдинга и выяснить в чём его ценность; осознать важность создания команды, имеющей общее видение.

Тема 2. Командная работа: кроссфункциональность и численность команды, типовые командные роли. Формирование сбалансированных команд и их фасилитация. Выяснить какие параметры являются определяющими в «команде мечты»; ознакомиться с понятием «кроссфункциональная команда»; понять как численность команды влияет на её

продуктивность; изучить типологию 9 командных ролей по Белбину, понять как эти роли влияют на командную работу; понять по каким признакам формируются сбалансированные команды и как осуществляется фасилитация команды.

Тема 3. Командный коучинг: оценка вовлечённости, использование колеса баланса и развитие креативности по методу Уолта Диснея. Научиться оценивать вовлечённость персонала; выяснить чем командный коучинг отличается от бизнес-коучинга; разобрать основные аспекты командного коучинга; познакомиться с техникой Уолта Диснея и «Колесом баланса», как одними из самых простых и наиболее эффективных способов коучинга и фасилитации команды.

Модуль II. Практические инструменты командной работы и коучинга.

Тема 1. Коучинг-тренинг: техники и особенности применения. Ознакомиться с недирективным форматом обучения сотрудников – коучинг-тренингом; выяснить особенности коучинг-тренинга и его отличия от классического тренинга; разобрать «Кубическую» модель структуры интеллекта Гилфорда и понять как эти знания эффективно использовать в рамках коучингового взаимодействия; ознакомиться с норвежским опытом включения коучинга в процесс обучения.

Тема 2. Превентивная работа коуча по предотвращению конфликтов в команде. Понять какие техники и подходы коуч может использовать для предотвращения конфликтов в команде и организации; ознакомиться с некоторыми из инструментов Agile-методологий, способствующих организации равномерного и прозрачного рабочего процесса, в основе которого лежат принципы самоорганизации, уважения и сотрудничества; выяснить какие организационные факторы способствуют конструктивному взаимодействию в команде; научиться создавать бесконфликтную среду и поддерживать атмосферу в команде здоровой.

Тема 3. Модель перехода эмоциональных состояний Фишера. Преодоление «токсичности» в команде: коучинговый подход. Ознакомиться с моделью Фишера, описывающей изменения эмоциональных состояний человека в процессе освоения им нового опыта; выяснить как с помощью этой модели можно диагностировать и понять причины «токсичности» членов команды и прогнозировать их поведение; научиться направлять конфликты в конструктивное русло, извлекая таким образом из них выгоду для развития команды и организации, используя коучинговые подходы.

Модуль III. Коучинг для целей организации.

Тема 1. Agile-коучинг: ценности и преимущества использования. Профессия Agile-коуча. Ознакомиться с историей зарождения Agile и Манифестом Agile, включающим 12 принципов организации рабочего процесса по Agile; прояснить суть Agile концепции; понять причины популярности Agile далеко за пределами ИТ-индустрии; оценить выгоды для организации от применения Agile; научиться свободно применять принципы Agile в любой сфере и понимать специфику их применения в рамках коучинговой модели; выяснить функционал Agile-коуча и его роль в фасилитации Agile-команд.

Тема 2. Цели и техники бизнес-коучинга. Выяснить, чем бизнес-коучинг (коучинг в интересах заказчика) отличается от индивидуального и командного коучинга; ознакомиться с типовыми примерами запросов на бизнес-коучинг; разобрать методы недирективной трансформации организации с помощью коучинговых подходов; научиться пользоваться интеллект-картами (mindmap) как инструментом визуализации мышления в командной работе.

Тема 3. Коучинг как инструмент создания креативной бизнес-среды. Ознакомиться с принципами создания креативной бизнес-среды; научиться использовать коучинговый подход для повышения осознанности в области стратегического целеполагания и корпоративного управления, а также поддержания баланса между целями и возможностями организации.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Командообразование: цели и модель формирования команды, культура командного взаимодействия. Тимбилдинг и его ценность. 2. Командная работа: кроссфункциональность и численность команды, типовые командные роли. Формирование сбалансированных команд и их фасилитация. 3. Командный коучинг: оценка вовлечённости, использование колеса баланса и развитие креативности по методу Уолта Диснея.	Создание ментальной карты по заданию преподавателя
2.	1. Коучинг-тренинг: техники и особенности применения. 2. Превентивная работа коуча по предотвращению конфликтов в команде. 3. Модель перехода эмоциональных состояний Фишера. Преодоление «токсичности» в команде: коучинговый подход.	Создание интеллект-карты по заданию преподавателя
3.	1. Agile-коучинг: ценности и преимущества использования. Профессия Agile-коуча. 2. Цели и техники бизнес-коучинга. 3. Коучинг как инструмент создания креативной бизнес-среды.	Определение командных ролей по Белбину с анализом полученных результатов

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Мингалёв, В.О. Особенности коучинг-тренинга. Командный коучинг и коучинг для целей организации / В.О. Мингалёв. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22793>

Дополнительная литература.

1. Левкин В. Е.. Социально-психологический тренинг для психолога: учебное пособие [Электронный ресурс] / М. | Берлин: Директ-Медиа, 2016. - 209с. - 978-5-4475-8755-0. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=450202
2. Чуркина М. А., Жадько Н. В.. Тренинг для тренеров на 100% : Секреты интенсивного обучения [Электронный ресурс] / М.: Альпина Паблишер, 2016. - 250с. - 978-5-9614-5859-6. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443558

3. Шекшня С.. Как эффективно управлять свободными людьми : коучинг [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблицерз,2016. -206с. - 978-5-9614-2233-7. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279494

**Рабочая программа дисциплины
«Карьерный коучинг. Коучинг лидеров и руководителей»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование системы профессиональных знаний в области карьерного коучинга; коучинга лидеров и руководителей.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Карьерный коучинг. Коучинг лидеров и руководителей» составляет 60 академических часов.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Поиск призвания и выбор пути профессионального развития клиента				
1.	Определение понятий работа, карьера, призвание, самореализация	4	1	3
2.	Поиск призвания. Работа с ценностями, установками и убеждениями клиента	5	2	3
3.	Самореализация клиента, как особое состояние. Роль коуча в работе с запросом на самореализацию	6	2	4
ВСЕГО		15	5	10
Модуль II. Введение в карьерный коучинг				
1.	Понятие карьерного коучинга, как специализации и его отличие от других видов коучинга и карьерного консультирования	4	1	3
2.	Основы оперативной психодиагностики клиента	5	2	3
3.	Современные требования к навыкам карьерного коуча. Возможные траектории развития	6	2	4
ВСЕГО		15	5	10
Модуль III. Применение коучинговых технологий в построении индивидуальной карьерной траектории				
1.	Коучинговые инструменты и их применение при работе с карьерными запросами	7	2	5
2.	Поиск внутреннего ресурса при карьерном переходе	8	3	5
ВСЕГО		15	5	10
Модуль IV. Возможности карьерного коучинга при работе с лидерами и руководителями				
1.	Теоретические основы лидерства	7	2	5
2.	Особенности коучингового сопровождения лидеров и руководителей	8	3	5
ВСЕГО		15	5	10
ИТОГО		60	20	40

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Поиск призвания и выбор пути профессионального развития клиента.

Тема 1. Определение понятий работа, карьера, призвание, самореализация. Специфика понятий работа, карьера, призвание, самореализация, предназначение в рамках запроса выбора пути профессионального развития клиента. Типы карьеры и их особенности, этапы карьеры, карьерограмма. Будущее рынка труда: основные тренды.

Тема 2. Поиск призвания. Работа с ценностями, установками и убеждениями клиента. Список ценностей. Выявление и уточнение ценностей. Инструментарий коуча при работе с ценностями (вопросы, упражнения). Убеждения. Ценности и убеждения, отличия. Установки. Двойственность установок (примеры). Установки → поступки → результаты. Переключение установок. Индивидуальная работа с установками. Инструменты, направленные на работу по поиску призвания.

Тема 3. Самореализация клиента, как особое состояние. Роль коуча в работе с запросом на самореализацию. Метапрограмма, виды. Самореализация и страхи клиента. Самореализация и роль коуча в создании образа себя в будущем.

Модуль II. Введение в карьерный коучинг.

Тема 1. Понятие карьерного коучинга, как специализации и его отличие от других видов коучинга и карьерного консультирования. Карьера и карьерный коучинг. Какие задачи решает карьерный коучинг. Индивидуальный и корпоративный карьерный коучинг. Внешний и внутренний коуч. Отличия, особенности.

Тема 2. Основы оперативной психодиагностики клиента. Основы оперативной психодиагностики клиента. Базовые эмоции и психотипы. Профессиональная ориентация каждого психотипа.

Тема 3. Современные требования к навыкам карьерного коуча. Возможные траектории развития. Ошибки в работе. Инструменты для развития коуча: самокоучинг, упражнения. Супервизия: форма и формат, роль в повышении квалификации коуча. Путь профессионального развития коуча. Обновление компетенций коучинга.

Модуль III. Применение коучинговых технологий в построении индивидуальной карьерной траектории.

Тема 1. Коучинговые инструменты и их применение при работе с карьерными запросами. Осознанность. Таланты. Работа с мотивацией на достижение цели. Упражнения для разных запросов и случаев. Примеры адаптации коучинговых упражнений под работу с карьерными запросами: Критик-Мечтатель-Реалист, вопросы логических уровней, карьерное колесо.

Тема 2. Поиск внутреннего ресурса при карьерном переходе. Основные принципы Чистого Языка, описание методики. Метод #DramaFree, как направление в Чистом Языке и культуре коммуникации и ненасильственного общения. Драматический треугольник: Преследователь, Жертва, Спасатель. Работа в зоне дискомфорта (Марша Рейнолдс). Риски сопровождения клиентов карьерного коуча в процессе поиска работы, как с ними работать, чтобы их предотвратить.

Модуль IV. Возможности карьерного коучинга при работе с лидерами и руководителями.

Тема 1. Теоретические основы лидерства. Теоретические основы лидерства. Теории лидерства. Мифы о лидерстве. Лидерство и менеджмент. Модель вертикального развития лидеров: семь типов логики действий лидеров. Изменение логики действий. Альфа-лидеры.

Тема 2. Особенности коучингового сопровождения лидеров и руководителей. Запрос на открытие собственного бизнеса. Успешные установки предпринимателя. Страхи, виды страхов, приемы работы со страхами. Конфликты (типы реакций, способы реагирования). Стресс. Некоторые стрессогенные стратегии мышления и реагирования лидеров. Позитивные интерпретации негативных событий. Руководитель в роли коуча.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Определение понятий работа, карьера, призвание, самореализация. 2. Поиск призвания. Работа с ценностями, установками и убеждениями клиента.	Составление характеристики-описания основных качеств карьерного коуча

	3. Самореализация клиента, как особое состояние. Роль коуча в работе с запросом на самореализацию.	
2.	1. Понятие карьерного коучинга, как специализации и его отличие от других видов коучинга и карьерного консультирования. 2. Основы оперативной психодиагностики клиента. 3. Современные требования к навыкам карьерного коуча. Возможные траектории развития.	Выполнение кейс-заданий на отработку умения формулировать запросы на карьерный коучинг
3.	1. Коучинговые инструменты и их применение при работе с карьерными запросами. 2. Поиск внутреннего ресурса при карьерном переходе.	Моделирование ситуации по предложенному реальному запросу на карьерное консультирование с поиском вариантов её решения и работы с ней
4.	1. Теоретические основы лидерства. 2. Особенности коучингового сопровождения лидеров и руководителей.	Проработка запроса клиента с предоставлением описания конкретных действий коуча по клиентскому запросу

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Камышникова, А.В. Карьерный коучинг. Коучинг лидеров и руководителей / А.В. Камышникова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=23229>

Дополнительная литература.

1. Кови С., Колосимо Д. Карьерное преимущество = Career Advantage. Real-World Applications From Great Work, Great Career : практические рекомендации [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблишер,2016. -95с. - 978-5-9614-1683-1. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279474
2. Шапиро, С.А. Управление трудовой карьерой работников организации : учебное пособие / С.А. Шапиро, П.И. Ананченкова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. - 300 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-9323-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469693>
3. Эртель А. И. Карьера Струкова [Электронный ресурс] / М.:Директ-Медиа,2016. -321с. - 978-5-4475-8346-0. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=437202

**Рабочая программа дисциплины
«Семейный коучинг. Коучинг отношений»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в вопросах семейного коучинга; коучинга отношений.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Семейный коучинг. Коучинг отношений» составляет 50 академических часов.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Базовые понятия семейной психологии				
1.	Понятие семейной системы. Жизненные циклы семьи	4	1	3
2.	Супружеские и детско-родительские отношения	6	2	4
3.	Нормативные кризисы в семье. Коммуникативные нарушения	6	2	4
ВСЕГО		16	5	11
Модуль II. Коучинг детско-родительских отношений				
1.	Родительские сценарии и осознанное родительство	5	1	4
2.	Родительская позиция и установление доверительных отношений с детьми	6	2	4
3.	Коучинговый подход в разрешении конфликтных ситуаций с детьми и подростками	6	2	4
ВСЕГО		17	5	12
Модуль III. Коучинг пар. Коучинг отношений				
1.	Коучинг отношений и его особенности	5	1	4
2.	Коучинговые техники в работе с парами и семьями	6	2	4
3.	Конструктивное общение и эффективные семейные стратегии с использованием коучингового подхода	6	2	4
ВСЕГО		17	5	12
ИТОГО		50	15	35

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Базовые понятия семейной психологии.

Тема 1. Понятие семейной системы. Жизненные циклы семьи. Семья как система. Параметры семейной системы. Характеристики семьи. Коммуникативные правила в семье. Понятие жизненного цикла. Стадии жизненных циклов: их специфика и задачи.

Тема 2. Супружеские и детско-родительские отношения. Виды любви. Формы взаимодействия и сотрудничества в семье. Психологическая совместимость супругов. Сущность и модели детско-родительских отношений. Нарушения в детско-родительских отношениях.

Тема 3. Нормативные кризисы в семье. Коммуникативные нарушения. Понятие семейного кризиса: его признаки. Виды кризисов и их характеристика. Динамика отношений в семье. Особенности коммуникации в семье. Саморазрушающие паттерны поведения.

Модуль II. Коучинг детско-родительских отношений.

Тема 1. Родительские сценарии и осознанное родительство. Родительские сценарии и стили семейного воспитания. Их влияние на психическое развитие ребенка. Теория потребностей ребенка и функции родительства. Родительские послания и директивы. Осознанное, или позитивное родительство.

Тема 2. Родительская позиция и установление доверительных отношений с детьми. Коучинговый подход и родительская позиция: эффективные стратегии. Родительские ожидания и индивидуальные особенности детей. Принятие себя – принятие ребенка. Звезда М.Эриксона. Установление доверительных отношений и границ с помощью коучингового подхода. Зона родительского контроля.

Тема 3. Коучинговый подход в разрешении конфликтных ситуаций с детьми и подростками. Прямое общение и установление контакта с детьми и подростками. Конфликты как ресурс. Внутренние и межличностные конфликты. Модель Т. Гордона: 6 шагов в разрешении конфликтов. Коучинговые вопросы в конфликтной ситуации. Коучинговые вопросы создания поддерживающей среды. Вопросы для саморефлексии «Какой я родитель».

Модуль III. Коучинг пар. Коучинг отношений.

Тема 1. Коучинг отношений и его особенности. Эффективность и ограничения коучинга при работе с парами и семьями. Отличие использования коучинга от психологического консультирования и возможности интеграции. Позитивная психология. Потребности супругов в отношениях. Три вида сложностей коучинга отношений.

Тема 2. Коучинговые техники в работе с парами и семьями. Контракт в коучинге отношений. Уровни работы коуча в коучинге отношений. Миссия семьи. Техника создания вопросов для партнеров. Техника «Грандиозное видение». Практика «Возвращение к ценностям». «Колесо семейных целей».

Тема 3. Конструктивное общение и эффективные семейные стратегии с использованием коучингового подхода. Партнер и Образ-партнера. Самопринятие и принятие партнера, безоценочность. Техника отзеркаливания. Эмоциональный интеллект отношений. Осознанные отношения. Модель «Я-Ты-Мы». Упражнение «Карта ресурсов». Применение коучинга в работе с кризисами в отношениях.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Понятие семейной системы. Жизненные циклы семьи. 2. Супружеские и детско-родительские отношения. 3. Нормативные кризисы в семье. Коммуникативные нарушения.	Аналитический разбор фильма Роба Райнера «История о нас»
2.	1. Родительские сценарии и осознанное родительство. 2. Родительская позиция и установление доверительных отношений с детьми. 3. Коучинговый подход в разрешении конфликтных ситуаций с детьми и подростками.	Решение кей-заданий по работе коуча в коучинге пар и отношений
3.	1. Коучинг отношений и его особенности. 2. Коучинговые техники в работе с парами и семьями. 3. Конструктивное общение и	Заполнение таблицы по решению кейсов в задании к модулю 2

эффективные семейные стратегии с использованием коучингового подхода.	
---	--

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Чернова, Д.С. Семейный коучинг. Коучинг отношений / Д.С. Чернова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=23231>

Дополнительная литература.

1. Зинкер Д.. В поисках хорошей формы. Гештальт-терапия с супружескими парами и семьями = IN SEARCH OF GOOD FORM. GESTALT THERAPY WITH COUPLES AND FAMILIES [Электронный ресурс] / М.:Институт общегуманитарных исследований|Корвет,2016. -274с. - 978-5-94193-841-4. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=454585
2. Савкин А. Д., Данилова М. А.. Коучинг по-русски : от смелости желать к смелости быть [Электронный ресурс] / М.:Проспект,2016. -176с. - 978-5-392-20321-5. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443862
3. Сатир В.. Вы и Ваша семья : руководство по личностному росту [Электронный ресурс] / М.:Институт общегуманитарных исследований|Апрель-пресс,2016. -287с. - 978-5-94193-890-2. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=455158

**Рабочая программа дисциплины
«Детский и подростковый коучинг. Коучинг в образовании и педагогике»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в вопросах детского и подросткового коучинга; коучинга в образовании и педагогике.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Детский и подростковый коучинг. Коучинг в образовании и педагогике» составляет 45 академических часов.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Возрастные особенности развития детей и подростков				
1.	Возрастные периодизации и закономерности психического развития детей и подростков	4	1	3
2.	Основные периоды и кризисы психического развития детей младшего школьного возраста	5	2	3
3.	Психологические особенности подростков. Кризис подросткового возраста	6	2	4
ВСЕГО		15	5	10
Модуль II. Детский и подростковый коучинг				
1.	Особенности применения коучинга в работе с детьми и подростками	3	1	2
2.	Коучинг подростков	3	1	2
3.	Техники и инструменты, эффективные в работе с детьми и подростками. Особенности их применения	3	1	2
4.	Развитие эмоционального интеллекта у детей и подростков	3	1	2
5.	Развитие мотивационной сферы у детей и подростков с помощью коучингового подхода	3	1	2
ВСЕГО		15	5	10
Модуль III. Коучинг в образовании и педагогике				
1.	Сущность и роль коучинга в образовании и воспитании	7	2	5
2.	Педагогический коучинг: формы, методы, технологии	8	3	5
ВСЕГО		15	5	10
ИТОГО		45	15	30

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Возрастные особенности развития детей и подростков.

Тема 1. Возрастные периодизации и закономерности психического развития детей и подростков. Периодизации психического развития детей (Выготский Л.С., Д.Б. Эльконин Д.Б. и Леонтьев А.Н.) Стадии развития интеллекта по Ж. Пиаже. Теория привязанности и ее влияние на развитие детей.

Тема 2. Основные периоды и кризисы психического развития детей младшего школьного возраста. Особенности возрастных периодов: социальная ситуация развития, ведущий вид деятельности, новообразования. Психологическая готовность к школе. Учебная деятельность. Кризис 7 лет. Переход от младшего школьного возраста к подростковому.

Тема 3. Психологические особенности подростков. Кризис подросткового возраста. Социальная ситуация развития. Физиологические и психические изменения подросткового возраста. Новообразования. Содержание и суть кризиса подросткового возраста.

Модуль II. Детский и подростковый коучинг.

Тема 1. Особенности применения коучинга в работе с детьми и подростками. Возможности и ограничения использования коучингового подхода в работе с детьми и подростками. Стили взаимодействия с детьми и подростками. Коуч-позиция и формирование доверия. Как уместно сочетать директивность и недирективность.

Тема 2. Коучинг подростков. Особенности использования коучинга с подростками 11-14 и 15-17 лет. Коучинговая беседа. Установление раппорта. Создание «ситуации успеха» и эффект Пигмалиона. Поддерживающая среда. Письменные практики и визуализация в работе со старшими подростками.

Тема 3. Техники и инструменты, эффективные в работе с детьми и подростками. Особенности их применения. Проективная ресурсная методика «Дерево». «Волшебные вопросы». Колесо баланса – особенности использования в работе с детьми и подростками. Техника «Муха на стекле» в разрешении конфликтных ситуаций.

Тема 4. Развитие эмоционального интеллекта у детей и подростков. Понятие эмоционального интеллекта. Специфика работы с эмоциональным интеллектом у детей разного возраста. Метод проработки негативных эмоций с использованием коучингового подхода. Пятишаговая модель достижений В.Шиманской. Практика «Коробочка эмоций».

Тема 5. Развитие мотивационной сферы у детей и подростков с помощью коучингового подхода. Особенности развития мотивационной сферы у детей и подростков. Условия для формирования мотивации. Передача ответственности. Расширение зоны «Я-сам» и зона ближайшего развития. Оценка результата. Модель Д.Колба. Техника «Юбилей».

Модуль III. Коучинг в образовании и педагогике.

Тема 1. Сущность и роль коучинга в образовании и воспитании. Коучинг и лично-ориентированный подход в современном образовании. Эффективность применения коучингового подхода в условиях реализации ФГОС. Формирование мышления успеха у обучающихся. Осознанное участие в процессе обучения и достижении результатов.

Тема 2. Педагогический коучинг: формы, методы, технологии. Общие принципы применения коучинга в сфере образования. Формы и методы внедрения коучингового подхода в образовательном процессе. Основные компетенции педагога-коуча. «7 шагов в развитии ребенка» концепция Н. Сусловой. Модель GROW в групповой работе с детьми. Техника «World Cafe».

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Возрастные периодизации и закономерности психического развития детей и подростков. 2. Основные периоды и кризисы психического развития детей младшего школьного возраста. 3. Психологические особенности подростков. Кризис подросткового возраста.	Проведение аналитического разбора фильма Греты Гервиг «Леди Берд» с ответом на вопросы преподавателя по проблеме детско-родительского конфликта
2.	1. Особенности применения коучинга в работе с детьми и подростками. 2. Коучинг подростков.	Решение кейс-заданий по проблемам взаимодействия с детьми и подростками

	3. Техники и инструменты, эффективные в работе с детьми и подростками. Особенности их применения. 4. Развитие эмоционального интеллекта у детей и подростков. 5. Развитие мотивационной сферы у детей и подростков с помощью коучингового подхода.	
3.	1. Сущность и роль коучинга в образовании и воспитании. 2. Педагогический коучинг: формы, методы, технологии.	Заполнение таблицы-протокола по итогам работы коуча

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Чернова, Д.С. Детский и подростковый коучинг. Коучинг в образовании и педагогике / Д.С. Чернова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=23233>

Дополнительная литература.

1. Ильин, Г.Л. Наука убеждать (опыт обоснования проективной истины) / Г.Л. Ильин ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет». – Москва : МПГУ, 2018. – 128 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500392> (дата обращения: 09.09.2019). – Библиогр.: с. 121-124. – ISBN 978-5-4263-0658-5. – Текст : электронный
2. Современные проблемы педагогической науки и образования: практикум : [16+] / авт.-сост. Л.А. Филимонюк ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2018. – 136 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563398> (дата обращения: 09.09.2019). – Библиогр. в кн. – Текст : электронный
3. Шекшня С.. Как эффективно управлять свободными людьми : коучинг [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблишерз,2016. -206с. - 978-5-9614-2233-7. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279494

**Рабочая программа дисциплины
«Стратегия продвижения коучинговых услуг, личный бренд коуча»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в вопросах стратегии продвижения коучинговых услуг, формирования личного бренда коуча.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Стратегия продвижения коучинговых услуг, личный бренд коуча» составляет 55 академических часов.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Позиционирование специалиста, услуги, продукта				
1.	Понятие стратегии, продвижения и личного бренда	6	1	5
2.	Анализ рынка, конкурентов, инфопродуктов. Создание УТП	6	1	5
3.	Каналы продвижения	6	1	5
ВСЕГО		18	3	15
Модуль II. Психология управления человеческими ресурсами				
1.	Текстовый контент	6	1	5
2.	Видеоконтент и доверие	6	1	5
3.	Методы продвижения онлайн	6	1	5
ВСЕГО		18	3	15
Модуль III. Стратегия продвижения. Управление бизнес-процессом				
1.	Разработка личного бренда. Бизнес-процесс	6	1	5
2.	Воронка продаж психологических и коучинговых услуг	6	1	5
3.	Офлайн мероприятия для продвижения	7	2	5
ВСЕГО		19	4	15
ИТОГО		55	10	45

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Позиционирование специалиста, услуги, продукта.

Тема 1. Понятие стратегии, продвижения и личного бренда. Стратегия. Продвижение. Личный бренд. Выбор направления и ниши. Целевая аудитория и целевые группы. Оффер.

Тема 2. Анализ рынка, конкурентов, инфопродуктов. Создание УТП. Анализ рынка, тренды. Выявление конкурентов. Разработка продуктов, инфопродукты. Позиционирование, отстройка от других. Формула для создания формирования позиционирования Котлера. Формула Карлтона.

Тема 3. Каналы продвижения. Обзор основных каналов продвижения. Онлайн и офлайн. Социальные сети. Возможности и ограничения. Возрастная категория и покупательская способность.

Модуль II. Психология управления человеческими ресурсами.

Тема 1. Текстовый контент. Виды контента: Репутационный, экспертный, новостной, социальные доказательства. Структура текста. Яркие заголовки. Целевые действия. Визуальный контент. Формула 4U. Структура продающего письма.

Тема 2. Видеоконтент и доверие. Виды видеоконтента: Визитка, интервью, руководство, прямой эфир, прямая трансляция. Назначение видеоконтента: Имиджевый, социальный, презентационный. Форматы видеоконтента. План рабочего прямого эфира. Этика публичности.

Тема 3. Методы продвижения онлайн. Методы продвижения: приемлемые и противоречащие. Как не привлечь любителей наживы. Марафоны, SFS активности. Комментинг. Хештеги. Креативы для таргетированной рекламы. Реферальный маркетинг.

Модуль III. Стратегия продвижения. Управление бизнес-процессом.

Тема 1. Разработка личного бренда. Бизнес-процесс. Маршрут из точки А в точку Б. Видение. Этапы разработки личного бренда. Задачи, которые решает личный бренд. Большая брендовая пятерка. План в цифрах и действиях. Чек-ап жизненного цикла продукта. Цикл карьеры.

Тема 2. Воронка продаж психологических и коучинговых услуг. Определение и этапы воронки продаж. Цели методик продаж и цели продаж. Конверсия. Кейс в инстаграм.

Тема 3. Офлайн мероприятия для продвижения. Нетворкинг-встречи и подготовка к ним. Достоинства мероприятий. Как и зачем начинать взаимодействовать со СМИ. Что дает авторство и написание книги.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Понятие стратегии, продвижения и личного бренда. 2. Анализ рынка, конкурентов, инфопродуктов. Создание УТП. 3. Каналы продвижения.	Проведение анализа профиля в социальных сетях на предмет того на сколько профиль в социальных сетях готов к продвижению
2.	1. Текстовый контент. 2. Видеоконтент и доверие. 3. Методы продвижения онлайн.	Проведение анализа каналов продвижения (сайты, социальные сети или профессиональные сообщества)
3.	1. Разработка личного бренда. Бизнес-процесс. 2. Воронка продаж психологических и коучинговых услуг. 3. Офлайн мероприятия для продвижения.	Заполнение таблицы по результатам анализа 4-х соразмерных прямых конкурентов

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Расулова, Е.В. Стратегия продвижения коучинговых услуг, личный бренд коуча / Е.В. Расулова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=23239>

Дополнительная литература.

1. Ермолова Н.. Продвижение бизнеса в социальных сетях Facebook, Twitter, Google+ [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблишер,2016. -401с. - 978-5-9614-4754-5. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279818

2. Шекшня С.. Как эффективно управлять свободными людьми : коучинг [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблишерз,2016. -206с. - 978-5-9614-2233-7. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279494

3. Шпаковский В. О., Егорова Е. С.. PR-дизайн и PR-продвижение: учебное пособие [Электронный ресурс] / Москва|Вологда:Инфра-Инженерия,2018. -453с. - 978-5-9729-0217-0. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=493884

**Рабочая программа дисциплины
«Практикум по организации и проведению коуч-сессий»**

1. Цель освоения дисциплины: формирование профессиональных компетенций в вопросах владения практическими навыками по организации и проведению коуч-сессий.

2. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной деятельности.

Общая трудоемкость дисциплины «Практикум по организации и проведению коуч-сессий» составляет 100 академических часов.

Разделы дисциплины и виды занятий.

№ п/п	Наименование модулей и тем	Общая трудоемкость, в акад. час.	Работа обучающегося в СДО, в акад. час.	
			Лекции	Практические занятия и тестирование
Модуль I. Формирование компетенций бизнес-коуча				
1.	Самопрезентация бизнес-коуча	11	1	10
2.	Визуализация бизнес-коуча	11	1	10
3.	Работа с ограничивающими убеждениями	11	1	10
ВСЕГО		33	3	30
Модуль II. Бизнес-коучинг для индивидуальной работы				
1.	Индивидуальная коуч-сессия с использованием модели GROW	11	1	10
2.	Анализ коуч-сессии	11	1	10
3.	Работа с метафорой	11	1	10
ВСЕГО		33	3	30
Модуль III. Бизнес-коучинг для командной работы				
1.	Работа с обратной связью в бизнес-коучинге	11	1	10
2.	Интерпретация	11	1	10
3.	Коучинг команды	12	2	10
ВСЕГО		34	4	30
ИТОГО		100	10	90

Тематическое содержание дисциплины.

Модуль I. Формирование компетенций бизнес-коуча.

Тема 1. Самопрезентация бизнес-коуча. Подготовка самопрезентации бизнес-коуча для клиентов для отработки навыка презентации коучинговых услуг и получения обратной связи от других обучающихся. Отработка модели обратной связи.

Тема 2. Визуализация бизнес-коуча. Формирование успешного образа «Я» как бизнес-коуча.

Тема 3. Работа с ограничивающими убеждениями. Осознание плюсов и минусов ограничивающих убеждений, отработка навыка работы с ограничивающими убеждениями клиента.

Модуль II. Бизнес-коучинг для индивидуальной работы.

Тема 1. Индивидуальная коуч-сессия с использованием модели GROW. Проведение индивидуальной коуч-сессии с использованием Модели «GROW» Джона Уитмора.

Тема 2. Анализ коуч-сессии. Отработка навыка саморефлексии по итогам коуч-сессии, составление отчета о коуч-сессии.

Тема 3. Работа с метафорой. Закрепление компетенции использования разных позиций восприятия (умение взглянуть на вещи с другой стороны).

Модуль III. Бизнес-коучинг для командной работы.

Тема 1. Работа с обратной связью в бизнес-коучинге. Отработка навыков вербальной коммуникации в коучинговом процессе. Практика употребления историй и

метафор на малозначительных встречах и коуч-сессиях . Отработка навыков межличностных аспектов в работе с клиентом коучинга, персоналом; научиться давать корректную и эффективную обратную связь.

Тема 2. Интерпретация. Осознание и собственные интерпретации коуча.

Тема 3. Коучинг команды. Методика работы с инструментом работы с командой; научиться видеть как коучинг укрепляет групповую идентичность. Модель GROW в групповом коучинге.

Практические занятия.

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем темам модуля. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после всего модуля (полностью).

№ модуля	Темы практических занятий	Практические задания
1.	1. Самопрезентация бизнес-коуча. 2. Визуализация бизнес-коуча. 3. Работа с ограничивающими убеждениями.	Выполнение упражнений «Самопрезентация бизнес-коуча», «Визуализация бизнес-коуча», «Работа с ограничивающими убеждениями»
2.	1. Индивидуальная коуч-сессия с использованием модели GROW. 2. Анализ коуч-сессии. 3. Работа с метафорой.	Выполнение упражнений «Индивидуальная коуч-сессия с использованием модели GROW», «Анализ коуч-сессии», «Ключ к пониманию и осознанию», «Работа с метафорой»
3.	1. Работа с обратной связью в бизнес-коучинге. 2. Интерпретация. 3. Коучинг команды.	Выполнение упражнений «Работа с обратной связью в бизнес-коучинге», «Интерпретация», «Коучинг команды»

Список используемой литературы и информационных источников.

Основная литература.

1. Райкова, А.Ю. Практикум по организации и проведению коуч-сессий. Бизнес-коучинг (ИПП) / А.Ю. Райкова. - М.: ЭНОБ «Современные образовательные технологии в социальной среде», 2021. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://lib.lomonosov.online/course/view.php?id=22801>

Дополнительная литература.

1. Савкин А. Д., Данилова М. А.. Коучинг по-русски : от смелости желать к смелости быть [Электронный ресурс] / М.:Проспект,2016. -176с. - 978-5-392-20321-5. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443862

2. Теория и практика коучинга: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, Д.А. Ершова, С.В. Нищитенко ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 172 с.. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596411>

3. Шекшня С.. Как эффективно управлять свободными людьми : коучинг [Электронный ресурс] / М.:Альпина Паблишерз,2016. -206с. - 978-5-9614-2233-7. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=279494

Приложение № 2
к дополнительной
общеобразовательной
(общеразвивающей) программе
«Эффективные коучинговые
стратегии: создание пространства
для развития, целеполагание поиск
ресурсов и мотивация»

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЯ

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для самоконтроля.