



**ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

# **КОУЧИНГ**

**УДОСТОВЕРЕНИЕ ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗЦА**

**72 ЧАСА**

# ДЛЯ КОГО ЭТА ПРОГРАММА?



Для HR-специалистов, бизнес-тренеров, руководителей учебных отделов и других различных подразделений, психологов, бизнес-консультантов



Для тех, кто работает людьми и хочет найти новые способы эффективного решения кадровых вопросов. В фокусе: социальные коммуникации и выход за пределы сознательных ограничений



Для тех, кто имеет возможность, талант и внутреннюю потребность помогать другим людям. Знания коуча будут несомненно полезны в оказании гармоничной помощи увидеть мир по-другому



Для директоров компаний, руководителей подразделений, предпринимателей. Для тех, кто желает рационально использовать трудовой ресурс и иметь возможность быстро решать возникающие проблемы



Для людей, желающих получить личностный рост и развитие. Овладеть практикой взглянуть на цели в работе, отношения, жизненные задачи выше, глубже, нестандартнее

# В РЕЗУЛЬТАТЕ ПРОГРАММЫ:



- Вы получите практические методики по достижению целей
- Вы сможете реально распланировать свою жизнь и добиться мечты
- Вы станете более эффективными
- Вы станете более осозанным в каждом своем действии
- Вы будете управлять своими эмоциями, а не наоборот
- Вы сможете поддерживать себе в трудных ситуациях
- Вы поймете, как формировать нужные качества и привычки

# В РЕЗУЛЬТАТЕ ПРОГРАММЫ:



- Вы научитесь выстраивать эффективную коммуникацию и лучше слышать собеседника
- Вы улучшите отношения с окружающими
- Вы на практике отработаете все технологии и сможете эффективно их использовать в своей жизни
- Вы освоите основные инструменты и техники коучинга
- Вы сможете проводить консультации и коуч-сессии
- Вы поймете, как проводить коуч-сессии и как правильно работать с человеком

## БЛОК 1. ИСТОРИЯ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ КОУЧИНГА

- Сократ и Сократовские вопросы
- Тимоти Голви и «Внутренняя игра»
- Джон Уитмор и Томас Леонард
- Определение и понятие коучинга
- Коучинг и нейробиология
- Отличия коучинга от других видов психологического консультирования

**В РЕЗУЛЬТАТЕ:** слушатели изучат историю коучинга, научатся определять запросы, с которыми успешно работает коуч, сформулируют собственные цели на ближайшее будущее

## БЛОК 2. МЕТОДОЛОГИЯ КОУЧИНГА

- Формирование цели
- Мотивация
- Барьеры и установки
- План действий
- Действия по реализации плана
- Достижение цели
- Окончание работы с клиентом
- Структура коуч-сессии и этапы коучинга

**В РЕЗУЛЬТАТЕ:** слушатели изучат методологию коучинга и основные этапы работы с клиентом и научатся работать с клиентом по рекомендованным алгоритмам

## БЛОК 3. НА ЧТО ОПИРАЕТСЯ КОУЧИНГ

- Коучинговый договор
- Контракт, виды контрактов
- Конфиденциальность в коучинге
- Этический кодекс ICF
- Звезда Милтона Эриксона

**В РЕЗУЛЬТАТЕ:** слушатели изучат этические основы коучинга, основные принципы и этические нормы, научатся входить в коуч-позицию

## БЛОК 4. ЛИЧНОСТЬ И НАВЫКИ КОУЧА

- Эрик Берн и Эго-состояния
- Драматический треугольник Стивена Карпмана
- Эмоциональная зрелость и ЭИ
- Пять ключевых навыков коуча
- Компетенции коуча ICF

**В РЕЗУЛЬТАТЕ:** слушатели изучат основные принципы психологии, которые используются в коучинге, обозначат навыки и компетенций, необходимых для успешной работы в коучинговом формате

## БЛОК 5. СОПРОТИВЛЕНИЕ КОУЧИНГУ НА РАЗНЫХ УРОВНЯХ

- Трехединая модель головного мозга
- Формула Ричарда Бекхарда
- Гремлины в коучинге

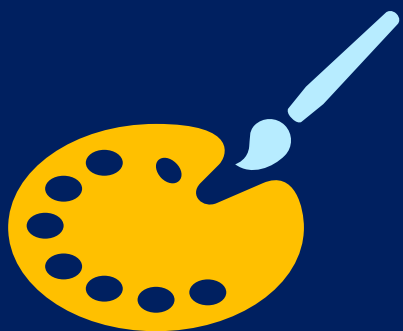
**В РЕЗУЛЬТАТЕ:** слушатели изучат основные сопротивления и барьеры, мешающие клиентам и им достигать собственных целей, и получат инструменты для самостоятельной работы и работы с клиентами

## БЛОК 5. СОПРОТИВЛЕНИЕ КОУЧИНГУ НА РАЗНЫХ УРОВНЯХ

- Установки и убеждения
- Ценности в коучинге
- Метапрограммы в коучинге

**В РЕЗУЛЬТАТЕ:** слушатели поймут свои ценности и научатся определять ценности клиента, а также выявят установки, которые мешают или продвигают клиента на пути к достижению цели

## БЛОК 6. АРТ-МЕТОДЫ В КОУЧИНГЕ



- Коучинговые ассоциативные карты
- Метафорические ассоциативные карты
- Основы психодрамы в коучинге





## ИНСТРУМЕНТЫ

- Рамка конечного результата
- GROW
- Сократовские вопросы
- Пирамида логических уровней Р. Дилтса
- SMARTER+
- Окно Джохари
- Колесо жизненного баланса
- Модель Т

**И ЕЩЕ ЦЕЛЫЙ  
ЧЕМОДАНЧИК  
ИНСТРУМЕНТОВ  
ДЛЯ РАЗВИТИЯ  
МЫШЛЕНИЯ И  
РАБОТЫ С  
КЛИЕНТАМИ**

# УЧЕБНЫЙ ПЛАН КУРСА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ КОУЧИНГ 72 Ч.

	ТЕОРИЯ (ЧАСЫ)	ПРАКТИКА (ЧАСЫ)	САМОСТОЯ- ТЕЛЬНАЯ РАБОТА
БЛОК 1. ИСТОРИЯ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ КОУЧИНГА	3	3	6
БЛОК 2. МЕТОДОЛОГИЯ КОУЧИНГА	3	3	6
БЛОК 3. НА ЧТО ОПИРАЕТСЯ КОУЧИНГ	3	3	6
БЛОК 4. ЛИЧНОСТЬ И НАВЫКИ КОУЧА	3	3	6
БЛОК 5. СОПРОТИВЛЕНИЕ КОУЧИНГУ НА РАЗНЫХ УРОВНЯХ	3	3	6
БЛОК 6. АРТ-МЕТОДЫ В КОУЧИНГЕ	3	3	6
<b>ИТОГО:</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>36</b>



**ЗАЯВКИ НА ОБУЧЕНИЕ  
ОТПРАВЛЯЙТЕ НА ПОЧТУ:**

**[sikirin86@gmail.com](mailto:sikirin86@gmail.com)**