

Коучинг

# Международная Федерация Коучинга (ICF)

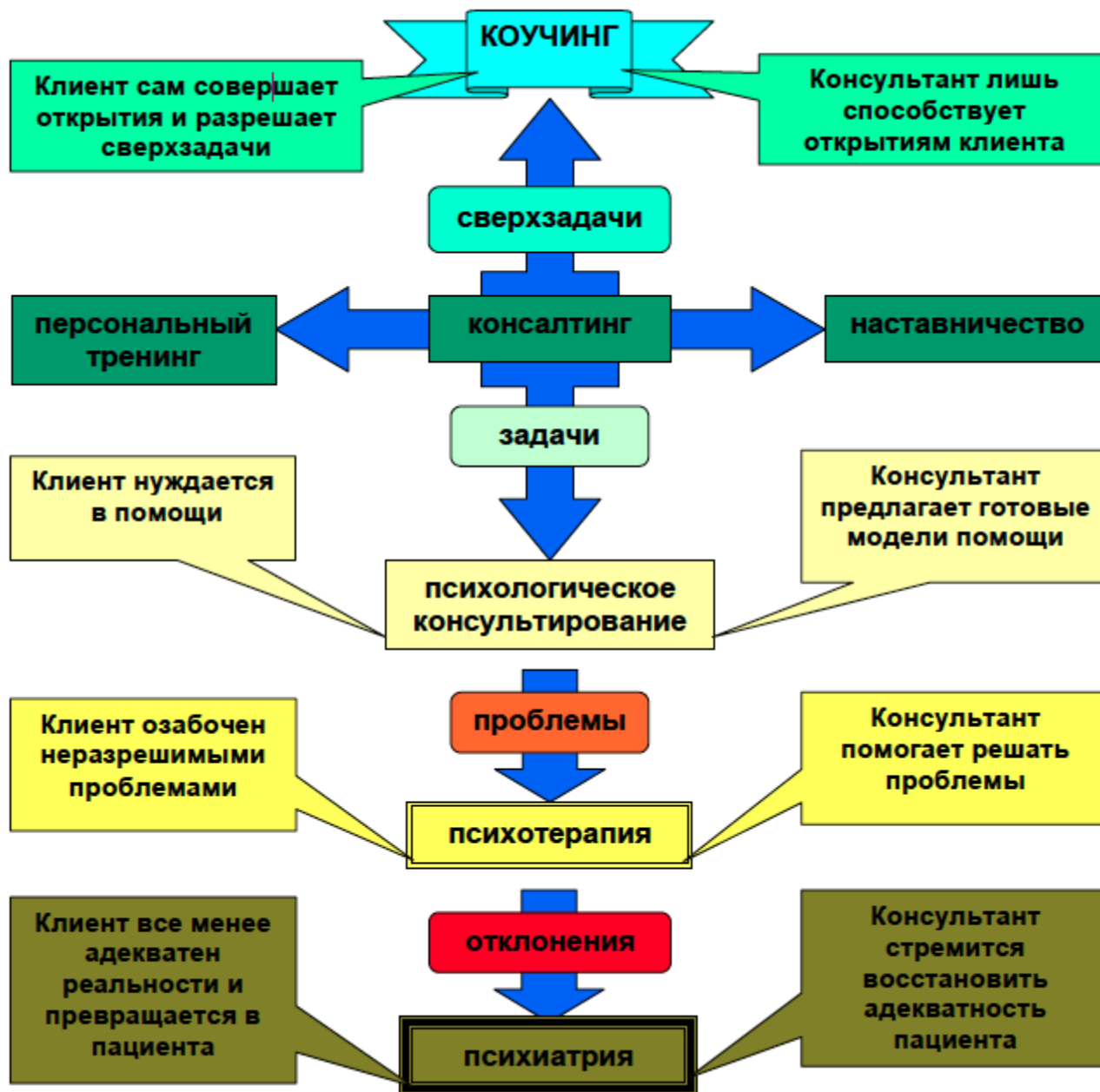
- ICF определяет коучинг как процесс партнерства, стимулирующий работу мысли и креативность клиента, в котором он с помощью коуча максимально раскрывает свой личный и профессиональный потенциал.

# Определение

- **Коучинг** - это профессиональное партнёрство с клиентом, ориентированное на творческое создание и реализацию особых, значимых для его жизни изменений в личной и/или профессиональной сфере.
- **Коучинг** — это профессиональная помощь человеку в определении и достижении его личных целей (формулировка *Джона Уитмора*)
- **Коучинг** — процесс наделения людей необходимым набором знаний и инструментов, которые позволят решить задачу с минимальными затратами энергии, а также выработки устойчивого намерения на дальнейшее развитие в выбранном направлении

# Определения коучинга

- «Коучинг» - это раскрытие потенциала человека с целью максимального повышения его эффективности. Коучинг не учит, а помогает учиться (Тимоти Голви).
- Коучинг - это управленческое поведение, альтернативное командно-контролирующему (Джон Уитмор).
- «Коучинг» — это действие, имеющее цель достижения поставленных задач.
- «Коучинг» — возрастающий процесс, в ходе которого человек узнает о собственных возможностях, составляющих его скрытый потенциал.
- «Коучинг»- процесс, помогающий человеку взглянуть на развитие его личности, на конкретный этап ее развития, то есть открыть человеку глаза на многие полезные ему вещи.
- «Коучинг» — процесс, позволяющий личности при использовании нужных методов и приемов добиться самых высоких результатов.
- «Коучинг» — процесс, в ходе которого личность должна самым эффективным способом управлять собой самостоятельно.
- «Коучинг» - процесс, в котором человек, в него вовлеченный получает большую радость от своих успехов и достижений.



Спрашивать

**ПСИХОТЕРАПИЯ**

Что для тебя проблема?

**КОУЧИНГ**

Что в сложившейся ситуации  
было бы именно для тебя решением?

Проблема

Решение

**КОНСАЛТИНГ**

Я расскажу вам про  
ваши проблемы!

**ОБУЧЕНИЕ, ТРЕНИНГ**

Существуют следующие  
способы решения ...

Говорит

Клиент в позиции Автора

Психологическая  
консультация

Коучинг

Коротко

Длительно

Оперативная  
психотерапия

Психо-  
терапевтическое  
консультирование

Клиент в позиции Жертвы

## 2 рынка коучинга:

- Собственно коучинг (использование специальных техник достижения целей)
- Экспертное наставничество в любой сфере
- Организационный коучинг (коучинг в бизнесе)

# Коучинг и психотерапия

1. Коучинг как технология достижения цели и целостности личности не может не опираться на психологию и психотерапевтическую практику
2. Коучинг является (может являться) расширением инструментария психотерапевта, в том числе и репертуара ролей
3. Коучинг может служить дополнением классической психотерапии в рамках индивидуального тренинга и формирования новых позитивных навыков
4. Коучинг может развиваться в рамках психологических теорий в сторону формализации существующих психотехник

# Резюме

- Коучинг может развиваться как самостоятельный метод в рамках различных модальностей
- Коучинг может быть интегрирован в психотерапию (в любую из модальностей) с целью расширения ее возможностей в рамках краткосрочной работы, работы с определенным типом клиентов, как вход для более глубокой работы и как ролевой тренинг

# План мероприятий

## Цель:

- Прояснение потребностей различных модальностей в консультационном и обучающем сопровождении по вопросам эффективного применения инструментария коучинга

## Метод

- Анкетирование представителей модальностей

# Этапы работы:

- 1. Разработка анкеты и формирование списка рассылки (Июль 2018 г.)
- Рассылка и сбор разосланных анкет (Август-Сентябрь 2018 г.)
- Систематизация и анализ данных (Октябрь 2018 г.)
- Выступление на заседании ОППЛ по итогам опроса и разработка плана деятельности на 2019 г. Ноябрь 2018 г.
- Согласование и утверждение Плана работ Комитета по Коучингу на 2019 г. (Декабрь 2018 г.)