

## **Рубрика «Профессиональное признание направлений и методов (модальностей) психотерапии»**

### **РЕЗЮМЕ КЛАСТЕРА «КОУЧИНГ В ПСИХОТЕРАПИИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ»**

#### ***1. Определение***

Коучинг – от англ. (coach – тренер) – специфический процесс взаимодействия коуча с клиентом, определяемый как помощь клиенту в раскрытии его профессионального или личностного потенциала, направленная на достижение цели.

#### ***2. Цели и задачи кластера Коучинга в психотерапии и психологическом консультировании***

- развитие дисциплины коучинга через интеграцию с общей психологической и психотерапевтической теорией, представленной в существующих модальностях;
- обогащение модальностей методологией коучинга и развитие коучинга в рамках отдельных модальностей;
- интеграция дипломированных коучей в профессиональное сообщество помогающих профессий, представленное ОППЛ.

#### ***3. Применение. Показания к применению***

Коучинг показан для любых групп клиентов, обращающихся за психологической или психотерапевтической помощью (за исключением пациентов с психотическими расстройствами), включая также клиентов из бизнеса и здоровых людей, желающих стать еще более успешными.

#### ***4. Практические результаты***

Для понимания объема индустрии коучинга приведем некоторые статистические данные за 2022 год:

- 1,7 миллиона активных коучей на LinkedIn;
- 52 905 сертифицированных коучей жизни в 168 странах в 2022 году;
- Коучинг является одной из самых быстрорастущих отраслей в США;
- В 2022 году зарегистрировано 23 201 компания по коучингу;
- Предполагаемый глобальный доход от коучинга в 2022 году составил 15,2 миллиарда долларов;
- Изменение общего дохода коучей между 2015 и 2019 годами составило 36%.

Эффективность коучинга как технологии доказана стремительным ростом его популярности в мире и интегрированности практически во все сферы жизни, модой на профессию коуча, распространением термина «коучинг», востребованностью коучей как наставников для здоровых людей, помогающих достигать желаемые цели без сложной внутренней личностной трансформации. Также, популярность обусловлена положительной стигматизацией: коучинг – для чемпионов, коучинг для успешных людей, и т.д., что более популярно, чем «психотерапия» или «психолог» – для неуспешных.

#### ***5. Теоретические основы***

Основой коучинга являются специфические вопросы, направленные на раскрытие потенциала клиента для решения его задач и достижения его целей. Большинство вопросов объединены в формальные большие модели, известные как SMART, GROW,

CLEAR, FUEL, WOOP, STEPPA и AOR. Так, известная модель SMART помогает лучше конкретизировать цель клиента.

Также, все существующие модели объединены общей идеей помощи клиенту в достижении его цели, поэтому вся работа строится не вокруг процессов, что больше характерно для классической психотерапии, а вокруг результата, который клиент желает получить. Лучшие варианты коучинга опираются также на инструментарий НЛП.

Коучинг может быть специализированным, связанным с конкретной областью деятельности, либо неспециализированным, опирающимся на общие модели.

**Основные акценты:**

- 1) ориентация на результат (как правило, внешний);
- 2) краткосрочность;
- 3) максимальная формализация процесса (вопросы, объединенные с модели);
- 4) принцип активности или разделения ответственности. В большей степени, чем в классической психотерапии;
- 5) тренерство, наставничество и менторство (роли, крайне редко встречающиеся в классической психотерапии).

Дальнейшее развитие коучинга как самостоятельной дисциплины возможно на основании общей психологической и психотерапевтической теории, что подтверждается крайне низким профессиональным уровнем коучей с дипломами коуча, но без психологического образования или образования в рамках конкретной психотерапевтической модальности и высокой успешностью психотерапевтов, использующих в своем арсенале методы и принципы коучинга.