ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ГЛОБАЛ КОУЧИНГ»

Утверждено
приказом № 1 от «27» июля 2024 г.
Генеральный директор
_____ / _____ А. И

Дополнительная профессиональная программа –
программа профессиональной переподготовки

«ПРОФЕССИЯ КОУЧ»

Трудоемкость: 338 час.

Форма обучения: заочная с применением исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

г. Москва, 2024 г.

Содержание

1	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ	3
1.1	Цель реализации программы	3
1.2	Нормативно-правовые основания разработки программы	3
1.3	Характеристика нового вида профессиональной деятельности	3
1.4	Требование к результатам освоения программы	5
1.5	Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы	10
1.6	Трудоемкость обучения	10
1.7	Форма обучения	10
1.8	Документ о квалификации	10
2	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	11
2.1	Учебный план	11
2.2	Календарный учебный график	12
2.3	Рабочая программа модулей	13
3	ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	111
3.1	Материально-технические условия реализации программы	111
3.2	Организация образовательного процесса	111
3.3	Кадровое обеспечение образовательного процесса	112
3.4	Учебно-методическое обеспечение	112
4	ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	113
5	МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	115
	Приложение 1. Оценочные материалы итоговой аттестации	120

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Целью реализации дополнительной профессиональной программы – программы профессиональной переподготовки «Профессия Коуч» (далее – программа) является получение компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретение новой квалификации в области разработки и проведения тренингов и коуч-сессий.

Программа построена на модульном принципе представления содержания обучения и построении учебных планов, которые позволяют обеспечить дифференцированный подход к проведению подготовки обучающихся с учетом их образования, квалификации и опыта.

1.2. Нормативные правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы профессиональной переподготовки составляют:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Минобрнауки России 01.07.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 14.09.2022 № 537н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог-консультант»;

Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 29.07.2020 № 839 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология».

1.3. Характеристика нового вида профессиональной деятельности

1.3.1. Характеристика нового вида профессиональной деятельности:

а) *область* профессиональной деятельности слушателя, прошедшего обучение по дополнительной профессиональной программе, включает: индивидуальное консультирование лиц (группы лиц), нуждающихся в сопровождении для достижения жизненной или профессиональной цели.

б) *вид профессиональной деятельности*: организация самостоятельной деятельности взрослых по развитию и мобилизации внутренних ресурсов в контексте решения жизненных, профессиональных и деловых задач.

Таблица 1. Связь дополнительной профессиональной программы с профессиональным стандартом

Наименование программы	**Наименование выбранного профессионального стандарта (одного или нескольких), ОТФ и (или) ТФ**	**Уровень квалификации ОТФ и (или) ТФ**
Дополнительная профессиональная программа – программа	Профессиональный стандарт: «Психолог-консультант» ОТФ (А) Оказание	6

профессиональной переподготовки «Профессия Коуч»	консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	

Таблица 2. Сопоставление описания квалификации в профессиональном стандарте с требованиями к результатам подготовки по ФГОС ВО

Профессиональный стандарт: «Психолог-консультант»	**ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология**
Выбранная(ые) для освоения ОТФ или ТФ ОТФ (А) Оказание консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	*Вид(ы) деятельности (ВД). Иногда профессиональные компетенции* организация самостоятельной деятельности взрослых по развитию и мобилизации внутренних ресурсов в контексте решения жизненных, профессиональных и деловых задач
Трудовые функции по каждой ОТФ или трудовые действия. Иногда необходимые умения Трудовые действия: А/03.6 Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	*Профессиональные (общепрофессиональные) компетенции по ВД* ПК 1. Способен устанавливать формата коучингового взаимодействия с потенциальным клиентом ПК 2. Способен выявлять и формулировать цели развития для достижения заявляемых клиентом коучинга жизненных и профессиональных целей и задач ПК 3. Способен организовывать деятельность клиента коучинга по анализу текущей ситуации, определять препятствия и возможности ПК 4. Способен организовывать мониторинг и оценку продвижения клиента коучинга к достижению поставленных им целей ПК 5. Способен вести документацию, обеспечивающую реализацию программы коучинга

1.4. Требование к результатам освоения программы

1.4.1. Перечень профессиональных компетенций, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения

Таблица 3. Перечень профессиональных компетенций, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения:

Наименование вида (-ов) деятельности	Код	Наименование профессиональных компетенций
Организация самостоятельной деятельности взрослых по развитию и мобилизации внутренних ресурсов в контексте решения жизненных, профессиональных и деловых задач	ПК 1	Способен устанавливать формата коучингового взаимодействия с потенциальным клиентом
	ПК 2	Способен выявлять и формулировать цели развития для достижения заявляемых клиентом коучинга жизненных и профессиональных целей и задач
	ПК 3	Способен организовывать деятельность клиента коучинга по анализу текущей ситуации, определять препятствия и возможности
	ПК 4	Способен организовывать мониторинг и оценку продвижения клиента коучинга к достижению поставленных им целей
	ПК 5	Способен вести документацию, обеспечивающую реализацию программы коучинга

1.4.2. Планируемые результаты освоения программы

Таблица 4. Планируемые результаты освоения программы

(программа направлена на освоение (совершенствование) следующих профессиональных компетенций)

Наименование видов деятельности	Профессиональные компетенции (формирующиеся)	Владеть	Уметь	Знать
Организация самостоятельной деятельности взрослых по развитию и мобилизации внутренних ресурсов в контексте решения жизненных, профессиональных и деловых задач	ПК 1. Способен устанавливать формата коучингового взаимодействия с потенциальным клиентом	- устанавливает уважительные доверительные отношения с потенциальным клиентом коучинга, способствующие предъявлению клиентом своих жизненных и профессиональных целей; - выявляет опыт потенциального клиента коучинга в области постановки и достижения развивающих целей в жизни и профессиональной деятельности; - оценивает степень готовности потенциального клиента к осознанной ответственной целенаправленной работе над заявляемыми им жизненными и профессиональными целями; - создает условия для проведения клиентом коучинга самостоятельной оценки степени готовности к осознанной ответственной целенаправленной работе над заявляемыми им жизненными и профессиональными целями; - согласовывает с потенциальным клиентом коучинга условия и рамки коучингового взаимодействия в соответствии с этическими нормами коучинга	- выстраивать субъект-субъектные отношения, создавая атмосферу открытого, уважительного, доверительного, конфиденциального общения в позиции на равных; -отслеживать и регулировать собственное состояние в соответствии с контекстом и задачами коучингового взаимодействия, в том числе быть ролевой моделью в наблюдении за своим состоянием; - выявлять мотивацию к осознанной ответственной целенаправленной работе над жизненными и профессиональными целями; - вести постоянное наблюдение за конгруэнтностью вербального и невербального поведения, отличать взрослое, осознанное и ответственное поведение от иных форм поведения; - оценивать ресурсность текущего состояния потенциального клиента коучинга в ходе коучингового диалога; - распознавать манипулятивное поведение и помогать клиенту коучинга осознать его	- различия между коучингом и обучением, тренингом, психологической помощью, психотерапией, консультированием, менторингом и наставничеством; - особенности заключения коучингового соглашения с индивидуальным клиентом коучинга; - представление о физических, психологических и культурных границах в коммуникации; - основы эффективной коммуникации, включая знания о невербальном языке и возможностях его использования в коммуникациях; - основы эмоциональной компетентности; - основы мотивационной компетентности; - основные способы диагностики ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной и других сфер; - принципы и модели предоставления и получения обратной связи

	ПК 2. Способен выявлять и формулировать цели развития для достижения заявляемых клиентом коучинга жизненных и профессиональных целей и задач	- выявляет значимые для клиента коучинга желаемые цели достижения и соответствующие им цели развития в жизни и профессиональной деятельности; - создает условия для точного и конкретного самостоятельного формулирования клиентом коучинга заявляемых им жизненных и профессиональных целей, а также соответствующих им целей развития; - содействует расстановке приоритетов целей; - выявляет и фиксирует значимые для клиента коучинга критерии и показатели достижения результатов для процесса коучинга и для реализации целей достижения; - разрабатывает эффективную программу и план коучинга с клиентом	- анализировать форму и содержание высказываний клиента коучинга в контексте заявляемых им целей; - чётко различать цели достижения и цели развития, уметь формулировать их в измеримом формате; - выявлять критерии и показатели достижения целей на поведенческом и эмоционально-личностном уровне; - проверять реалистичность заявляемых целей и показателей их достижения; - давать безоценочную (эмоционально нейтральную) развивающую обратную связь по наблюдаемым проявлениям вербального и невербального поведения	- модели и способы постановки целей и отслеживания результатов; - закономерности и стадии развития личности; - основные закономерности жизненных, профессиональных и организационных изменений и переходов; - особенности постановки целей и формулирования критериев их достижения в области практики соответствующей специализации коучинга (карьерный, спортивный и др.)
	ПК 3. Способен организовывать деятельность клиента коучинга по анализу текущей ситуации, определять препятствия и возможности	- организует проведение коучинговых сессий с учётом индивидуальных потребностей клиента коучинга, включая место и время их проведения; - организует деятельность клиента коучинга по анализу текущей ситуации в его жизни и профессиональной деятельности, исследованию его ценностей, ролей, смыслов, предназначения в связи с целями, заявленными для программы коучинга; - организует деятельность клиента коучинга по самостоятельному выявлению внешних и внутренних препятствий на пути достижения поставленных целей	- организовывать совместно с клиентом коучинга исследование, прояснение и корректировку его ценностей, ролей, смыслов, предназначения; распознавать, реконструировать и моделировать систему представлений и картину мира клиента, помогая клиенту сделать ее более осознанной; - вести постоянное наблюдение за конгруэнтностью вербального и невербального поведения, оценивать ресурсность текущего состояния клиента коучинга в ходе коучингового диалога; - давать безоценочную (эмоционально нейтральную) развивающую обратную связь по наблюдаемым проявлениям	- способы организации рефлексивной исследовательской деятельности в применении к анализу жизненного и профессионального контекста; - основы теории личности, типологии личности и проявления разных типов личности в целеполагании и деятельности; закономерности и стадии развития личности, жизненных и профессиональных изменений и переходов; - методы и приёмы управления фокусом внимания в собственной деятельности и во взаимодействии с клиентом коучинга; - способы корректировки целей, отслеживания результатов; - явления переноса, контрпереноса,

			вербального и невербального поведения; - проводить различие между декларируемой и скрытой мотивацией, способствуя осознанию клиентом коучинга более глубоких уровней мотивации к развитию; - выделять в опыте, поведении и речи клиента коучинга устойчивые модели и паттерны, помогая осознавать ситуативное и повторяющееся поведение; - управлять фокусом внимания во взаимодействии с клиентом коучинга; - организовывать рефлексию клиента коучинга для формирования вариантов действий, проверки их реалистичности, построения оптимального для клиента плана действий по достижению поставленных целей; - моделировать ситуации, продвигающие клиента коучинга к его цели, создавать позитивный опыт продвижения к цели, помогая ему осуществить некоторые действия во время сессии коучинга с текущей поддержкой коуча	параллельных процессов в межличностной коммуникации и способы их отслеживания, учёта и использования в построении доверительного коучингового взаимодействия; - особенности развития и организации деятельности человека в сфере соответствую-щей специализации коучинга (карьерный, спортивный и др.)
	ПК 4. Способен организовывать мониторинг и оценку продвижения клиента коучинга к достижению поставленных им целей	- организует мониторинг продвижения клиента коучинга в направлении поставленных им жизненных и профессиональных целей на различных этапах программы коучинга; - организует мониторинг продвижения клиента коучинга в направлении постав-ленных им целей развития (желаемых результатов изменений в сфере способностей, компетенций, ролевых и	- анализировать и обобщать вместе с клиентом коучинга информацию, полученную в ходе сессий коучинга, удерживая в фокусе внимания цели программы коучинга и целостную картину жизни и деятельности клиента; - отслеживать вместе с клиентом коучинга эффективность реализации программы коучинга, отслеживать действия, за которые клиент коучинга взял на	-способы организации рефлексивной деятельности в применении к анализу жизненного и профессионального контекста; -принципы и модели обучения на опыте; -принципы и модели предоставления и получения обратной связи; -модели и методы конструктивной конфронтации; -особенности развития и организации рефлексии человека в

		ценностно-смысловых ориентиров, восприятия себя) на различных этапах программы коучинга	себя обязательство на предыдущих сессиях, корректировать план коучинга в зависимости от изменений контекста и степени продвижения клиента в достижении целей; - давать безоценочную (эмоционально нейтральную) развивающую обратную связь по наблюдаемым проявлениям вербального и невербального поведения; - обращать внимание клиента коучинга на расхождения между его наблюдаемым поведением и содержанием его высказываний; - организовывать рефлексию клиента коучинга в отношении продвижения к поставленным целям на основе зафиксированных в начале программы критериев достижения целей, создавая условия для самостоятельной коррекции действий	сфере соответствующей специализации коучинга (карьерный, спортивный и др.)
	ПК 5. Способен вести документацию, обеспечивающую реализацию программы коучинга	- ведет документацию по программе коучинга на бумажных и электронных носителях в соответствии с этическими нормами профессии «Коуч», включая положение о конфиденциальности; -создает отчётные (отчетно-аналитические) материалы по запросу клиента коучинга; - обеспечивает конфиденциальность хранения информации о клиенте коучинга и содержании сессий коучинга	- создавать и вести документацию по программе индивидуального коучинга с учётом стандартов и требований профессиональных ассоциаций / объединений / профессиональных сообществ коучей, в соответствии с этическими нормами профессии; - определять законность требований различных категорий граждан и должностных лиц о предоставлении доступа к информации о клиентах коучинга и документации программ коучинга; - соблюдать меры информационной безопасности	- профессиональные этические нормы, зафиксированные в этических кодексах профессиональных ассоциаций / объединений / профессиональных сообществ коучей, членом которых является коуч; - нормы действующего законодательства Российской Федерации по регулированию договорных отношений, по защите персональной информации, коммерческой тайны

1.5. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы

Лица, желающие поступить на дополнительную профессиональную программу, должны иметь среднее профессиональное и (или) высшее образование либо получать среднее профессиональное и (или) высшее образование.

При освоении дополнительной профессиональной программы параллельно с получением среднего профессионального образования и (или) высшего образования диплом о профессиональной переподготовке выдаются одновременно с получением соответствующего документа об образовании и о квалификации[1].

1.6. Трудоемкость обучения

Трудоемкость обучения по данной образовательной программе составляет 338 часов, включая все виды учебной работы слушателя.

1.7. Форма обучения

Форма обучения – заочная, с применением исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий: учебная нагрузка устанавливается не более 40 часов в неделю и составляет не более 8 часов в день.

1.8. Документ о квалификации: лицу, успешно прошедшему итоговую аттестацию, выдается диплом о профессиональной переподготовке.

[1] Часть 16 статьи 76 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование модулей	Всего часов	В том числе:						Форма промежуточной и итоговой аттестации
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация	
1	Введение в курс обучения	2				2			
2	Модуль 1. Основы коучинга: доверие вместо оценки	113,97	19,67	24	38,4	29,3	2,6		Тестирование
3	Модуль 2. Поиск решений. Эффективное вместо привычного	103,38	15,38	43	29,7	14,6	0,7		Тестирование
4	Модуль 3. Осуществление выбора. Интерес вместо страха	79,17	15,77	12	30,3	17,9	3,2		Тестирование
5	Модуль 4. Внедрение в жизнь: осознанность вместо реактивности	35,48	13,38		5,3	16,1	0,7		Тестирование
6	Модуль 5. Брендирование и социальный блогинг коуча. Нейробиология	2				2			
7	Итоговая аттестация	2						2	Экзамен
	Итого	**338**	**64,2**	**79**	**103,7**	**81,9**	**7,2**	**2**	

[1]ПЗ – практическое занятие
[2]ДЗ – домашнее задание

2.2. Календарный учебный график*

№ п.п.	Наименование модулей	Количество часов	Период обучения
1	Введение в курс обучения	2	1 месяц обучения
2	Модуль 1. Основы коучинга: доверие вместо оценки	113,97	1 месяц обучения
3	Модуль 2. Поиск решений. Эффективное вместо привычного	103,38	1-2 месяц обучения
4	Модуль 3. Осуществление выбора. Интерес вместо страха	79,17	2 месяц обучения
5	Модуль 4. Внедрение в жизнь: осознанность вместо реактивности	35,48	3 месяц обучения
6	Модуль 5. Брендирование и социальный блогинг коуча. Нейробиология	2	3 месяц обучения
7	Итоговая аттестация	2	3 месяц обучения
	Итого	**338**	**3 месяц обучения**

* Начало обучения по мере комплектования учебных групп. Учебные группы формируются в течение всего календарного года.

2.3. Рабочая программа модулей

ВВЕДЕНИЕ В КУРС ОБУЧЕНИЯ

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Про обучение на курсе. Регламент взаимодействия обучающихся. Групповой менторинг: вводная информация. О Кодексе. Руководство по обратной связи. Список литературы. Фильмы для коуча. Часто задаваемые вопросы. Глоссарий.

МОДУЛЬ 1. ОСНОВЫ КОУЧИНГА: ДОВЕРИЕ ВМЕСТО ОЦЕНКИ

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Коучинг - пространство без советов	22,23	2,93	4	5,1	9,2	1
2	Профессиональные стандарты	19,6	2,5		14,2	2,7	0,2
3	Коучинговый контракт	12,5	2,7		7	2,4	0,4
4	Создание доверительных отношений	14,01	2,11	4	4	3,4	0,5
5	Коучинговое присутствие и активное слушание	17,51	2,11	6	4	5,2	0,2
6	Постановка сильных вопросов	16,82	2,22	6	4	4,3	0,3
7	Групповой менторинг	2,83	2,53			0,3	
8	Групповой менторинг	2,87	2,57			0,3	
9	Практика	5,5		4		1,5	
10	Обратная связь по обучению на модуле 1	0,1			0,1		
	Итого	**113,97**	**19,67**	**24**	**38,4**	**29,3**	**2,6**

Тема 1. Коучинг - пространство без советов

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись вебинара и презентация	2,7	2,7				

2	Введение в тему «Коучинг - пространство без советов»	0,2				0,2	
3	Органайзер мыслей: что такое коучинг?	0,2			0,2		
4	История коучинга. Часть 1	0,17	0,17				
5	Саморефлексия: ваш опыт развития	2			2		
6	История коучинга. Часть 2	0,06	0,06				
7	Органайзер мыслей: изменилось ли ваше определение коучинга?	0,2			0,2		
8	Тест для самопроверки	0,1			0,1		
9	Компетенции коуча ICF	2				2	
10	Тест для самопроверки	0,1			0,1		
11	Термины, используемые в коучинге	1				1	
12	Профессиональная этика коуча. Конфиденциальность. Конфликт интересов	1				1	
13	Потенциальные клиенты коуча	1				1	
14	Практические задания	4		4			
15	Тест по теме «Коучинг - пространство без советов»	0,5					0,5
16	Итоги темы «Коучинг - пространство без советов»	0,5			0,5		
17	Дополнительные ресурсы к теме	4				4	
18	Домашнее задание	2			2		
19	Общий тест по теме 1 (Модуль 1)	0,5					0,5
	Итого	22,23	2,93	4	5,1	9,2	1

Урок 1. Запись вебинара и презентация

Видеолекция

Знакомство с преподавателями курса. Знакомство с Университетом. Знакомство с автором курса - Александрой Прицкер. Из чего состоит программа курса. Как можно растить компетенции. Что такое коучинг с точки зрения ICF. Восемь компетенций коуча.

Урок 2. Введение в тему «Коучинг - пространство без советов»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Коучинг - пространство без советов».

Урок 3. Органайзер мыслей: что такое коучинг?

Домашнее задание

Задание:

Задумайтесь, как Вы понимаете коучинг, и напишите Ваше определение коучинга себе в блокнот.

Урок 4. История коучинга. Часть 1

Видеолекция

История коучинга. История становление профессии.

Урок 5. Саморефлексия: ваш опыт развития

Домашнее задание

Задание:

Мы Вам предлагаем следующие 10 минут уделить размышлениям о своем опыте развития. Напоминаем, что это задание Вы выполняете в личных записях или ментально.

1. Вспомните 2 ситуации из вашего опыта:

Одну, в который вы развивались под руководством эксперта, который с высоты своего профессионального опыта оценивал вас.

Вторую, в которой вы были на 100% ответственны за результат и развивались сами.

2. Что вы чувствовали в первой ситуации?

3. А во второй ситуации?

4. Какой из этих двух опытов вам хочется повторить и почему?

Урок 6. История коучинга. Часть 2

Видеолекция

Кто основатель коучинга. История Томаса Леонарда. Какие книги написаны о коучинге. Этические нормы коуча. Основная цель коуча.

Урок 7. Органайзер мыслей: изменилось ли ваше определение коучинга?

Домашнее задание

Задание:

Посмотрите или вспомните, пожалуйста, то определение, которое вы ранее дали коучингу.

Подумайте, чем бы вы хотели его дополнить, обогатить после изучения видео.

Урок 8. Тест для самопроверки

Домашнее задание

Тестирование:

1. Исходя из данных кейса обучения спортсменов-теннисистов тренерами по лыжному виду спорта какой вывод можно сделать?

1. Человек быстрее и эффективнее развивается, когда сам берет на себя ответственность за результат и ищет возможности и способы прийти к цели.

2. Человек быстрее и эффективнее развивается, когда опытный эксперт-наставник постоянно контролирует процесс его развития и дает четкие указания, обязательные к исполнению.

3. Человек не может учиться и развиваться без тренера-эксперта, который с высоты своего опыта оценивает прогресс.

2. Коуч должен обладать (возможны несколько правильных вариантов ответов):

1. навыком принимать клиента таким, какой он есть

2. навыком оценивать прогресс клиента и давать клиенту экспертные комментарии

3. навыком работы в позиции равного общения (взрослый – взрослый)

4. экспертизой в тех вопросах, с которыми к нему обращается клиент

5. навыком задавать вопросы, чтобы содействовать клиенту в поиске и исследованиях

Урок 9. Компетенции коуча ICF

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компетенции коуча ICF.

Урок 10. Тест для самопроверки

Домашнее задание

Тестирование:

1. Определите, какую компетенцию или компетенции демонстрирует коуч в кейсе:

Инна обращается к коучу, Светлане, с просьбой сориентировать ее в профессии, подсказать, какое направление выбрать, какие профессиональные компетенции развивать, чтобы через год Инна стала начальником управления делами. Светлана рассказывает Инне, что такое коучинг, чем коучинг отличается от карьерного консультирования и спрашивает Инну, нужен ли и будет ли полезен ей такой формат для достижения цели.

постоянно развивает доверие и ощущение безопасности

опирается в работе на этику

активно слушает

сохраняет присутствие

2. Определите, какую/какие компетенцию/ компетенции демонстрирует коуч в кейсе:

Виктор, корпоративный коуч компании Дельта+, работает с руководителем-юниором, перед которым стоит непростая задача: трансформировать бизнес-процессы отдела, в котором работают очень экспертные и сложные во взаимодействии сотрудники. Антон, руководитель, не верит в свои силы, он очень зажат и чувствует себя некомфортно. Виктор поддерживает Антона, признает и поддерживает автономию клиента при

постановке целей и проектировании действий. Виктор проводит различие между тем, что говорит Антон (словами), тем, как он это говорит (интонацией) и тем, что демонстрирует его тело (языком тела).

способствует развитию клиента

активно слушает

создает и поддерживает соглашения

пробуждает осознанность

3. Определите, какую/какие компетенцию/ компетенции НЕ демонстрирует коуч в кейсе

Оксана, коуч, работает с клиентом, Дмитрием, который является директором по продажам. Оксана в прошлом 5 лет работала в качестве директора по продажам и рада поделиться с Дмитрием своим опытом, она дает ему конкретные советы, находит зоны роста во всех его идеях и действиях и убеждает поступить в соответствии с ее опытом. Оксана часто использует термины, незнакомые Дмитрию, что создает сложности в коммуникации. Дмитрию становится некомфортно, но отказаться от работы с коучом он не может, так как она входит в план его профессионального развития, утвержденного директором

постоянно развивает доверие и ощущение безопасности

опирается в работе на этику

активно слушает

сохраняет присутствие

Урок 11. Термины, используемые в коучинге

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Термины, используемые в коучинге.

Урок 12. Профессиональная этика коуча. Конфиденциальность. Конфликт интересов

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Профессиональная этика коуча. Конфиденциальность. Конфликт интересов.

Урок 13. Потенциальные клиенты коуча

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Потенциальные клиенты коуча.

Урок 14. Практические задания

Практическое занятие

Задание1.

Поддержите или опровергните тезис:

Ответственность за результаты сессии лежит на коуче и клиенте 50/50

Поясните Ваш ответ кратким размышлением, в чем ответственность коуча, а в чем клиента

Задание 2.

Подберите метафору для коучинга

МЕТАФОРА

Мы познакомились с историей коучинга и определили, чем является коучинг.

Представьте, как работает коуч, что это за деятельность. Погрузитесь в свои мысли.

Какой метафорой вы бы охарактеризовали коучинг?

Метафора может быть любая – образ, пришедший вам на ум, картинка, видео, отсылка к кинематографу или художественной литературе, воспоминание из вашего жизненного опыта. Сформулируйте свою метафору и поделитесь ею.

Урок 15. Тест по теме «Коучинг - пространство без советов»

Промежуточная аттестация

1. С клиентом, который относится к типу «имеющий проблемы»:

коучу опасно работать

коучу можно и нужно заключить контракт и работать

коучу необходимо рекомендовать обратиться к психологу, но оставить "дверь открытой" для дальнейшей проработки задач, относящихся к коучингу

2. Что делает коуч во время коуч-сессии (возможны несколько правильных вариантов ответов):

задает клиенту «сильные» вопросы

помогает клиенту увидеть будущее

активно слушает клиента

ищет причину запроса клиента в его прошлом

искренне верит в потенциал клиента

дает клиенту советы и рекомендации практического характера

3. Спонсор имеет право:

получить любую информацию о коуч-сессиях клиента

получить только ту информацию, предоставление которой изначально было согласовано с коучем в присутствии клиента

4. В коучинге экспертом является:

Спонсор
Клиент
Коуч

5. Основной инструмент работы коуча с клиентом – это:
жизненный опыт
«сильные» вопросы
поддержка ментора
экспертиза в вопросах, с которыми к нему пришел клиент

6. Клиент в коучинге берет на себя ответственность (возможны несколько правильных вариантов ответов):
за внедрение изменений в свою жизнь
за поддержание доверительных отношений
за организации процесса
за свой запрос
за организацию пространства
за свою жизнь

Урок 16. Итоги темы «Коучинг - пространство без советов»
Домашнее задание
Проверка себя по чек-листу на образовательной платформе.

Урок 17. Дополнительные ресурсы к теме
Самостоятельная работа
1. Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Дополнительные ресурсы к теме.
2. Просмотр и анализ фильма.

Урок 18. Домашнее задание
Домашнее задание
1. Прочитать статью из книги Тимоти Голви «Внутренняя игра».
2. Придумать 3 инструмента возврата в Я2.

Урок 19. Общий тест по теме 1 (Модуль 1)
Промежуточная аттестация
Тестирование
1. В коучинге экспертом является:
   1) Спонсор
   2) Клиент
   3) Коуч

2. Что делает коуч во время коуч-сессии?

1) Задает клиенту сильные вопросы
2) Помогает клиенту увидеть будущее
3) Ищет причины запросов клиента в его прошлом
4) Искренне верит потенциал клиента
5) Дает клиенту советы и рекомендации практического характера
6) Активно слушает клиента

3. Клиент в коучинге берет на себя ответственность?
   1) За свой запрос
   2) За поддержание доверительных отношений
   3) За внедрение изменений в свою жизнь
   4) За организацию пространства

4. С клиентом, который относится к типу «имеющий проблемы»:
   1) Коуч рекомендует обратиться к психологу
   2) Коуч не имеет смысла работать
   3) Коучу можно и нужно заключить контракт и работать

5. Основной инструмент работы коуча с клиентом – это:
   1) Экспертиза в вопросах, с которыми к нему пришел клиент
   2) Жизненный опыт
   3) Сильные вопросы

Тема 2. Профессиональные стандарты

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись вебинара и презентация	2,44	2,44				
2	Введение в профессиональные стандарты	0,1				0,1	
3	Зачем в коучинге нужны компетенции?	0,5			0,5		
4	Компетенция №1	0,2				0,2	
5	Отличие профессии коуча от смежных специальностей	0,26	0,06			0,2	
6	Безоценочность	2			2		
7	Факт или оценка?	0,5			0,5		
8	Стоп - кадр	2			2		
9	Недирективность	0,2				0,2	
10	Переведите директивные высказывания в недирективные	2			2		
11	Позиция коуча. Диссоциация	0,5				0,5	

12	Компетенция №7. Пробуждает осознанность	0,2				0,2	
13	Вопросы в коучинге	0,4			0,2	0,2	
14	Критерии хороших вопросов в коучинге (по Джулии Старр)	1			1		
15	Модель Т и треугольник осознанности в арсенале коуча	0,5				0,5	
16	Итоги темы	0,2				0,2	
17	Рекомендации по проведению практики в парах	0,2				0,2	
18	Домашнее задание	6			6		
19	Дополнительные ресурсы к теме	0,2				0,2	
20	Тест	0,2					0,2
	Итого	19,6	2,5		14,2	2,7	0,2

Урок 1. Запись вебинара и презентация
Видеолекция

Компетенция № 1. Позиция коуча. Компетенция № 7. Вопросы. Треугольник осознанности Т.Голви. Модель «Т» Майлза Дауни. Обратная связь.

Урок 2. Введение в профессиональные стандарты
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в профессиональные стандарты.

Урок 3. Зачем в коучинге нужны компетенции?
Домашнее задание

Задание:

Ответьте на вопрос: зачем в коучинге нужны компетенции?

Урок 4. Компетенция №1
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компетенция №1.

Урок 5. Отличие профессии коуча от смежных специальностей
Видеолекция

Что такое коучинг. Коуч ≠ психотерапевт, тренер, консультант.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Отличие профессии коуча от смежных специальностей.

Урок 6. Безоценочность

Домашнее задание

Задание:

Сделать «стоп-кадры» в вашей жизни в ближайшие несколько дней: попробуйте «остановить» момент, когда вы что-то говорите или думаете. Факт это или оценка? И если это оценка, попробуйте перейти в безоценочность. Посмотрите, как это изменение влияет на коммуникацию, что меняется?

Урок 7. Факт или оценка?

Домашнее задание

Задание:

Пройти тестирование на образовательной платформе.

Урок 8. Стоп - кадр

Домашнее задание

Задание:

Сделайте «стоп-кадры» в вашей жизни в ближайшие несколько дней: попробуйте «остановить» момент, когда вы что-то говорите или думаете. Факт это или оценка? И если это оценка, попробуйте перейти в безоценочность.

Посмотрите, как это изменение влияет на коммуникацию, что меняется?

Обязательно зафиксируйте ваши наблюдения на образовательной платформе.

Урок 9. Недирективность

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Недирективность.

Урок 10. Переведите директивные высказывания в недирективные

Домашнее задание

Задание:

Указания:

Чтобы попрактиковать в использовании недирективного подхода, «переведите» высказывания ниже из директивного стиля в недирективный.

1.Расскажите мне точно и подробно, что вы сделали.

2.Нет, ответ, который вам нужен, это…

3.Будьте откровеннее со мной

4Все просто: настройте контекстную рекламу, так у вас вдвое увеличится количество лидов!

5. Вы все тянете время?

Урок 11. Позиция коуча. Диссоциация

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Позиция коуча. Диссоциация.

Урок 12. Компетенция №7. Пробуждает осознанность

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компетенция №7. Пробуждает осознанность.

Урок 13. Вопросы в коучинге

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Вопросы в коучинге.

Домашнее задание

Задание:

Запишите ваше мнение: что меняется, когда мы превращаем закрытый вопрос в открытый?

Урок 14. Критерии хороших вопросов в коучинге (по Джулии Старр)

Домашнее задание

Задание:

В таблице на образовательной платформе закрытые вопросы уже переведены в открытые.

Ответьте себе сначала на закрытый вопрос, а потом – на открытый.

Проанализируйте, в чем был разница в ваших ответов.

Ты можешь получить еще одну профессию? (закрытый вопрос) vs Как ты можешь повысить профессионализм? (открытый вопрос).

Урок 15. Модель Т и треугольник осознанности в арсенале коуча

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Модель Т и треугольник осознанности в арсенале коуча.

Урок 16. Итоги темы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Основные термины и инструменты.

Урок 17. Рекомендации по проведению практики в парах

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Рекомендации по проведению практики в парах.

Урок 18. Домашнее задание

Домашнее задание

1.Проведите практику в парах

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики

2. Провести коуч-сессию по предложенному инструменту (по 30 мин в каждую сторону)

3. Дать обратную связь напарнику

Зафиксировать результаты в рефлексивнике:

ДЛЯ ДАННОЙ ПРАКТИКИ:

Фиксируйте по шкале от 1 до 10, насколько вам удавалось находиться в коуч-позиции. Используйте Т-модель.

2. Написать список целей/желаний, как краткосрочных, так и долгосрочных.

Это пригодится на следующем вебинаре. Ведите записи в личном блокноте.

Урок 19. Дополнительные ресурсы к теме

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Дополнительные ресурсы к теме.

Урок 20. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Высказывание «Александр очень разозлился, когда увидел финальную версию макета» является:

1) Фактом
2) Оценкой

2. При использовании коучем недирективного подхода клиент:

1) чувствует уважение и доверие со стороны коуча
2) чувствует, что им манипулируют

3. Что коучу нельзя делать при работе с клиентом?
   1) Возможны несколько правильных вариантов ответов:
   2) Манипулировать клиентом
   3) Задавать клиенту наводящие вопросы
   4) Фокусироваться на прошлом клиента
   5) Брать ответственность за клиента
   6) Верить в клиента и его потенциал
   7) Критиковать клиента
   8) Перебивать клиента
   9) Давать советы
   10) Давать на клиента
   11) Помогать клиенту взять ответственность на себя
   12) Принимать клиента таким, какой он есть
   13) Предлагать свою точку зрения

1. Ассоциация – это:
   1) Восприятие ситуации снаружи, из роли стороннего наблюдателя
   2) Восприятие ситуации изнутри, из роли участника этой ситуации

Тема 3. Коучинговый контракт

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись вебинара и презентация	2,7	2,7				
2	Компетенция 3 «Создает и поддерживает соглашения»	0,2				0,2	
3	Структура работы коуча. Цели и результаты	0,5				0,5	
4	Структура коуч- сессии	0,5				0,5	
5	Тест	0,2					0,2
6	Коучинговый контракт и его типы	1,5			1	0,5	
7	Коучинговый контракт: обязателен или нет?	1			1		
8	Критерии цели и модель SMART	0,5				0,5	
9	Тест	0,2					0,2
10	Итоги темы	0,2				0,2	
11	Домашнее задание	5			5		
	Итого	12,5	2,7		7	2,4	0,4

Урок 1. Запись вебинара и презентация
Видеолекция

Компетенция №3. Стратегия работы коуча. Структура коуч-сессии. Целеполагание.

Урок 2. Компетенция 3 «Создает и поддерживает соглашения»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компетенция 3 «Создает и поддерживает соглашения».

Урок 3. Структура работы коуча. Цели и результаты

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Структура работы коуча. Цели и результаты.

Урок 4. Структура коуч- сессии

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Структура коуч- сессии.

Урок 5. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование:

1. «Через 6 месяцев я буду уверенно проводить жесткие переговоры. Это значит, что:

- внутри я буду спокоен;
- поэтому буду думать о способах отстаивания своей позиции;
- буду знать эти способы;
- буду уметь отслеживать способы манипулирования мной и отвечать на них;
- успешных переговоров и заключенных сделок будет в 3 раза больше;
- начну применять методы перехвата инициативы».

Результат сессии

Долгосрочная цель (контрактная цель)

Тема

Цель на сессию

Конечный результат

2. «Хочу через полгода уметь отстаивать свою позицию в жестких переговорах»

Тема

Долгосрочная цель (контрактная цель)

Результат сессии

Конечный результат
Цель на сессию

3. «В ситуации жестких переговоров я теряюсь и не могу отстоять свою позицию»
Результат сессии
Долгосрочная цель (контрактная цель)
Цель на сессию
Тема
Конечный результат

4. «У меня будет список из 7-10 пунктов. И определено, что делать сначала из этого списка. 2-3 простых пункта как первые шаги»
Долгосрочная цель (контрактная цель)
Конечный результат
Цель на сессию
Результат сессии
Тема

5. «Хочу составить предварительный план, какими способами можно достичь поставленной цели»
Долгосрочная цель (контрактная цель)
Результат сессии
Тема
Цель на сессию
Конечный результат

Урок 6. Коучинговый контракт и его типы
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Коучинговый контракт и его типы.

Домашнее задание
Задание:
Придумать систему мотивации сотрудников, которая повысит их самостоятельность.

Урок 7. Коучинговый контракт: обязателен или нет?
Домашнее задание
Задание:
Прочитайте ситуацию.
К вам как к коучу пришел новый клиент, Вероника. Вероника пришла к вам по рекомендации своей коллеги и подруги Анны, с

который вы успешно работаете уже 4 месяца. Анна получила повышение на работе и активно развивается в карьере с вашей помощью. Вероника считает вас отличным специалистом и хочет поскорее начать работать с вами.

Она предлагает не тратить время на коучинговый контракт, так как доверяет вам и уверена, что «два хороших человека всегда смогут договориться».

Напоминаем, что:

Коучинговый контракт – это не юридический договор, это договоренность с клиентом о том, будет наилучшим результатом данной сессии или совокупности сессий. Как вы поступите? Напигите, вы «за» коучинговый контакт или «против».

Если откажетесь от контракта, то как для себя аргументируете отказ? Если будете настаивать на заключении коучингового контракта, то как будете аргументировать его необходимость для Вероники?

Урок 8. Критерии цели и модель SMART

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Критерии цели и модель SMART.

Урок 9. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Соедините этап коуч-сессии Поиск решений и вопрос, которой на нем уместно задать клиенту:

1) Какой будет ваш первый шаг?
2) Что ценного для вас было в нашей сегодняшней работе?
3) Какой вариант вы готовы попробовать?
4) Чего вы хотите достичь за эти 50-60 минут?
5) Какие у вас есть варианты?

1. Какие критерии определяют эффективность цели?
   1) Позитивная формулировка
   2) Обращенность в прошлое
   3) Экологичность
   4) Соответствие модели SMART
   5) Подконтрольность клиенту
   6) Важность

3. Соедините уровни долгосрочного коучингового контракта Профессиональный уровень и вопросы, которые на них смогут обсуждать коуч и клиент:

1) Какие записи будет вести коуч?
2) Какие результаты ожидаются от коучингового процесса?
3) Как коуч и клиент смогут восстановить доверие, если несмотря на их наилучшие намерения что-то в отношениях пошло не так?

4. На каком из этапов коуч сессии коуч помогает клиенту перевести проблему в задачу?

1) Выбор
2) Завершение
3) Поиск решений
4) Внедрение в жизнь

Целеполагание

Урок 10. Итоги темы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы.

Урок 11. Домашнее задание

Домашнее задание

Задание:

1. Посмотреть демо-сессию по этапу «Целеполагание» в подборке Демо-сессий.

При просмотре обратите особое внимание на этап «Целеполагание».

2. Просмотрите фильм «Легенда Багера Ванса».

Мы предлагаем Вам при выборе фильмов для просмотра обратить внимание на фильм «Легенда Баггера Ванса».

В этом фильме Вы сможете пронаблюдать действия коуча для продвижения клиента.

Тема 4. Создание доверительных отношений

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись вебинара и презентация	2,11	2,11				
2	Что такое доверие. Компетенция №4	0,2				0,2	
3	Компетенция № 4: создание доверительных отношений	0,2				0,2	
4	Взаимопонимание	0,2				0,2	
5	Что влияет на взаимопонимание	0,2				0,2	

6	Шкала взаимоотношений	0,2				0,2	
7	Способы создания доверительных отношений	0,2				0,2	
8	Кейс Шкала взаимоотношений коуч-клиент	1		1			
9	Раппорт	0,5				0,5	
10	Тест	0,5					0,5
11	Вопросы - сдвиги	0,2				0,2	
12	Практические задания	3		3			
13	Итоги темы	0,5				0,5	
14	Домашнее задание	4			4		
15	Дополнительные ресурсы к теме	1				1	
	Итого	14,01	2,11	4	4	3,4	0,5

Урок 1. Запись вебинара и презентация
Видеолекция

Компетенция № 4. Доверие и недоверие. Установление раппорта. Сдвиги в коучинговом вопросе.

Урок 2. Что такое доверие. Компетенция №4
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Что такое доверие. Компетенция №4.

Урок 3. Компетенция № 4: создание доверительных отношений
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компетенция № 4: создание доверительных отношений.

Урок 4. Взаимопонимание
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Взаимопонимание.

Урок 5. Что влияет на взаимопонимание
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Что влияет на взаимопонимание.

Урок 6. Шкала взаимоотношений
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Шкала взаимоотношений.

Урок 7. Способы создания доверительных отношений.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Способы создания доверительных отношений.

Урок 8. Кейс Шкала взаимоотношений коуч-клиент

Практическое занятие

Решаем коуч-кейс.

Представьте, что коуч провел с клиентом уже 3 сессии, и по отношению к клиенту испытывает симпатию и душевную теплоту (уровень 6), а клиент ведет себя нейтрально (уровень 0).

В этой ситуации какие действия со стороны коуча Вы видите?

Поделитесь Вашими мыслями в этом задании.

Урок 9. Раппорт

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Раппорт.

Урок 10. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Коуч использует слова своего клиента.
создание похожести
слова-смягчители
повторы
называние цели вопроса
формула вежливости

2. «Позволите ли вы мне задать вам еще один вопрос?»
создание похожести
слова-смягчители
повторы
называние цели вопроса
формула вежливости

3. «Итак, вы сказали, что вам необходим пошаговый план действий»
создание похожести

слова-смягчители
повторы
называние цели вопроса
формула вежливости

4. «Поясните мне, пожалуйста, побольше, какое значение для вас имеет этот проект»
создание похожести
слова-смягчители
повторы
называние цели вопроса
формула вежливости

5. «Для четкого понимания мне нужно глубже понять эту ситуацию»
создание похожести
слова-смягчители
повторы
называние цели вопроса
формула вежливости

6. Коуч подстраивает свой темп речи под темп речи клиента
создание похожести
слова-смягчители
повторы
называние цели вопроса
формула вежливости

Урок 11. Вопросы - сдвиги
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Вопросы - сдвиги.

Урок 12. Практические задания
Практическое занятие

Кейс 1: Клиент сомневается, стоит ли ей менять работу. Новая работа очень привлекает ее, но она боится не справиться. Сформулируйте для клиента вопрос типа «временной сдвиг».

Кейс 2: Ваш клиент — маркетолог. Ей важно понять, как клиенты видят новый продукт, выпущенный на рынок 2 недели назад. Сформулируйте вопрос-сдвиг «взгляд другого человека».

Урок 13. Итоги темы
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы.

Урок 14. Домашнее задание

Домашнее задание

Задание:

1.Проведите практику в парах, используя технику «Шкала».

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

2. Провести коуч-сессию по предложенному инструменту (по 30 мин в каждую сторону).

3. Дать обратную связь напарнику.

4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

2. В парах отработать Контрактную сессию

Коллеги, отработайте в парах Контрактную сессию.

Зафиксируйте результаты в рефлексивнике.

Урок 15. Дополнительные ресурсы к теме

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника анализа - Пространство доверия и безопасности для клиента.

Тема 5. Коучинговое присутствие и активное слушание

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в тему «Коучинговое присутствие и активное слушание»	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	2,11	2,11				
3	Компетенция 5: «Сохраняет присутствие»	0,5				0,5	
4	Состояние потока в коучинге	0,2				0,2	
5	Состояние потока: как войти в него и оставаться в нем	0,5				0,5	
6	Практические задания	2		2			
7	Компетенция 6: «Активное слушание»	0,2				0,2	
8	Уровни слушания	1				1	

9	Активное слушание	0,5				0,5	
10	Тест	0,2					0,2
11	Техника «Шкала»	0,5				0,5	
12	Техника «Колесо жизненного баланса»	0,5				0,5	
13	Практические задания	4		4			
14	Итоги темы	0,2				0,2	
15	Дополнительные ресурсы к теме	1				1	
16	Домашнее задание	4			4		
	Итого	17,51	2,11	6	4	5,2	0,2

Урок 1. Введение в тему «Коучинговое присутствие и активное слушание»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему.

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Компетенция № 5. Состояние потока. Как войти в состояние потока. Техника «Шкала». Уровни слушания. Компетенция № 6. Техника «Колесо целей».

Урок 3. Компетенция 5: «Сохраняет присутствие»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компетенция 5: «Сохраняет присутствие».

Урок 4. Состояние потока в коучинге

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Состояние потока в коучинге.

Урок 5. Состояние потока: как войти в него и оставаться в нем

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Состояние потока: как войти в него и оставаться в нем.

Урок 6. Практические задания

Практическое занятие

Задание1.

Что помогает клиенту войти в состояние потока.

Ниже представлены условия, которые помогают человеку попасть в состояние потока.

Что помогает человеку войти в состояние потока:

1. Должно быть понимание: зачем, для чего. Чтобы человек был в потоке, он должен попасть в него ради чего-то, у него должна быть цель.

2. Эта цель должна быть интересной, мотивирующей. Человеку должно очень хотеться достичь этой цели.

3. Важно, чтобы человек верил, что он может достичь своей цели, что у него получится.

Напишите, какие элементы коуч-сессии, действия коуча помогают клиенту выполнить это условие и войти в состояние потока.

Урок 7. Компетенция 6: «Активное слушание»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компетенция 6: «Активное слушание».

Урок 8. Уровни слушания

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Уровни слушания.

Урок 9. Активное слушание

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Активное слушание.

Урок 10. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Я ищу провалы в логике выступающего.
   1) Слушать, чтобы оспорить или опровергнуть
   2) Слушать, чтобы понять (самому)
   3) Слушать, чтобы ответить
   4) Слушать без намерения
   5) Слушать, чтобы помочь понять кому-то еще (клиенту)

2. Я пытаюсь понять своего брата, почему он так ведет себя, в чем его логика.
   1) Слушать, чтобы оспорить или опровергнуть
   2) Слушать, чтобы понять (самому)

3) Слушать, чтобы ответить
4) Слушать без намерения
5) Слушать, чтобы помочь понять кому-то еще (клиенту)

3. Я слушаю, замечаю нюансы, вижу, что язык тела «говорит» о том же, что и слова.

1) Слушать, чтобы оспорить или опровергнуть
2) Слушать, чтобы понять (самому)
3) Слушать, чтобы ответить
4) Слушать без намерения
5) Слушать, чтобы помочь понять кому-то еще (клиенту)

4. Я внимательно слушаю свою сестру, мне важно помочь ей понять, почему она раз за разом наступает на одни и те же грабли.

1) Слушать, чтобы оспорить или опровергнуть
2) Слушать, чтобы понять (самому)
3) Слушать, чтобы ответить
4) Слушать без намерения
5) Слушать, чтобы помочь понять кому-то еще (клиенту)

5. Я слушаю, чтобы присоединиться к теме и увлечь в свою тему, я хочу показать свою экспертность.

1) Слушать, чтобы оспорить или опровергнуть
2) Слушать, чтобы понять (самому)
3) Слушать, чтобы ответить
4) Слушать без намерения
5) Слушать, чтобы помочь понять кому-то еще (клиенту)

6. Я внимательно слушаю то, с чем можно поспорить, то, что звучит неубедительно.

1) Слушать, чтобы оспорить или опровергнуть
2) Слушать, чтобы понять (самому)
3) Слушать, чтобы ответить
4) Слушать без намерения
5) Слушать, чтобы помочь понять кому-то еще (клиенту)

Урок 11. Техника «Шкала»
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника «Шкала».

Урок 12. Техника «Колесо жизненного баланса»
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника «Колесо жизненного баланса».

Урок 13. Практические задания

Практическое занятие

Задание1.

Демо-сессия «Шкала», «Т-модель», «Колесо».

Просмотрите запись сессий в плейлисте Демо-сессии.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента

2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента

3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента

4. Как в поведении и действиях коуча проявились компетенции коуча? Приведите примеры

5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому

6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику

7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо.

Задание 2.

Поделитесь тем, что вы изучили в этой теме.

Чтобы лучше усвоить полученные знания, расскажите близким, знакомым, коллегам или даже незнакомым людям о том, что вы сегодня изучили.

Поделитесь в этом задании своими мыслями и инсайтами по теме.

Урок 14. Итоги темы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы.

Урок 15. Дополнительные ресурсы к теме

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Дополнительные ресурсы: прочтите статью «Люди потока».

Урок 16. Домашнее задание

Домашнее задание

1.Проведите полноценную коуч-сессию в парах.

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики

2. Провести коуч-сессию по предложенному инструменту (по 30 мин в кадую сторону)

3. Дать обратную связь напарнику

4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

В данной практике используйте:

«Т-модель»,

«Шкалу»,

«Колесо»,

«Ценностный образ себя».

2. Постройте «Колесо компетенций коуча».

Коллеги, на первом вебинаре с преподавателем Вы строили свое первое Колесо компетенций.

Предлагаем вернуться к нему и уже из сегодняшнего себя построить еще одно колесо компетенций (можете поверх прежнего).

И поисследуйте:

В каких компетенциях Вы приросли?

Какие остались неизменными?

Какие компетенции Вы хотели бы усилить. Представьте, какой (какая) Вы в пункте 10 по этой компетенции?

Что важно сделать, чтобы продвинуться на один пункт?

Тема 6. Постановка сильных вопросов

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в тему урока	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	2,22	2,22				
3	Компетенция №2. Воплощает коучинговый образ мышления	1				1	
4	Триединая модель мозга	1				1	
5	Тест	0,2					0,2
6	Практическое задание	2		2			
7	Формула перемен Бейхерда-Глейтчера	0,5				0,5	
8	Компетенция №8. Способствует развитию клиента	0,5				0,5	
9	Техника «Ценностный образ себя»	1				1	
10	Практические задания	4		4			

11	Итоги темы	0,2				0,2	
12	Тест	0,1					0,1
13	Домашнее задание	4			4		
	Итого	16,82	2,22	6	4	4,3	0,3

Урок 1. Введение в тему урока
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему.

Урок 2. Запись и презентация вебинара
Видеолекция

Особенности компетенции 2. Что такое триединая модель мозга. Что такое формула перемен. Особенности компетенции 8. Технику «Ценностный образ себя.

Урок 3. Компетенция №2. Воплощает коучинговый образ мышления
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компетенция №2. Воплощает коучинговый образ мышления.

Урок 4. Триединая модель мозга
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Триединая модель мозга.

Урок 5. Тест
Промежуточная аттестация

Тестирование

1. За сопротивление переменам отвечает:
некортекс
рептильный мозг
лимбическая система

2. За неудовлетворенность отвечает:
некортекс
рептильный мозг
лимбическая система

3. В диссоциированном состоянии, когда человек смотрит на ситуацию со стороны, «активирован»:
некортекс

рептильный мозг
лимбическая система

4. Для того чтобы человек сделал первый шаг, требуется участие (возможны несколько вариантов правильных ответов):
некортекс
рептильный мозг
лимбическая система

5. Когда человек находится в ассоциированном состоянии (в моменте здесь и сейчас, когда он проживает ситуацию), человеком в это время «владеет»:
некортекс
рептильный мозг
лимбическая система

6. За видение человека отвечает:
некортекс
рептильный мозг
лимбическая система

Урок 6. Практическое задание
Практическое занятие
Задание:
Напишите небольшое эссе на тему «Что мне как коучу дает знание триединой модели мозга Пола МакЛина».
В качестве эпиграфа вы можете использовать цитату Конфуция: «Мир преобразуют те, кто смог преобразовать себя, зная, что величайшее мастерство начинается с контроля ума. Когда ум становится послушным слугой человека, весь мир ляжет у его ног».

Урок 7. Формула перемен Бейхерда-Глейтчера
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Формула перемен Бейхерда-Глейтчера.

Урок 8. Компетенция №8. Способствует развитию клиента
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Компетенция №8. Способствует развитию клиента.

Урок 9. Техника «Ценностный образ себя»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника «Ценностный образ себя».

Урок 10. Практические задания

Практическое занятие

Задание1.

Демо-сессия: «Ценностный образ себя»

Просмотрите запись сессий в плейлисте Демо-сессии.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента.

2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.

3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.

4. Как в поведении и действиях коуча проявились компетенции коуча?

Приведите примеры.

5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому.

6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику.

7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо.

Задание 2.

Поделитесь тем, что вы изучили в этой теме.

Чтобы лучше усвоить полученные знания, расскажите близким, знакомым, коллегам или даже незнакомым людям о том, что вы сегодня изучили.

Поделитесь в этом задании своими мыслями и инсайтами по теме.

Урок 11. Итоги темы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы.

Урок 12. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1.Какие факторы согласно формуле Беркхарда-Глейчера необходимы, чтобы перемены произошли:

1) Недовольство слушателей
2) Умение ассоциироваться и диссоциироваться
3) Яркий образ будущего
4) Определение первого шага в желанном направлении

5) Уверенность в будущем

2. Далее представлен отрывок из книги М. и С. Дяченко «Ведьмин век». Какая часть мозга в нем описана метафорически?

«Завороженный, покорный, не умеющий сопротивляться пустоте, Клав балансировал на краю крыши, и стены домов смыкались колодцем, и на дне его текла улица. Море огней… И тогда беззвучно закричал внутренний сторож. Неприметный, намертво впечатанный в мозг, за последнюю неделю дважды спасавший Клаву жизнь. Сторожевой центр, будящий парализованную волю»

1) Рептильный мозг
2) Лимбическая система
3) Некортекс

3. Коуч помогает клиенту наиболее полно осознать текущую ситуацию и найти наилучшее решение поставленных задач с помощью:

1) Техники «Шкала»
2) Вопросов сдвигов
3) Активное слушание

Урок 13. Домашнее задание

Домашнее задание

1. Проведите полноценную коуч-сессию в парах

Коллеги, теперь приступаете к практике. Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1.Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

2.Провести коуч-сессию по предложенному инструменту (по 30 мин в кадую сторону).

3.Дать обратную связь напарнику.

Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

В данной практике используйте:

«Т-модель»,

«Шкалу»,

«Колесо»,

«Ценностный образ себя».

Тема 7. Групповой менторинг

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись и презентация вебинара	2,53	2,53				

2	Информация о групповом менторинге	0,2				0,2	
3	Материалы к групповому менторингу	0,1				0,1	
	Итого	2,83	2,53			0,3	

Урок 1. Запись и презентация вебинара
Видеолекция
Запись группового менторинга. Ответы на вопросы обучающихся.

Урок 2. Информация о групповом менторинге
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Информация о групповом менторинге.

Урок 3. Материалы к групповому менторингу
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Материалы к групповому менторингу.

Тема 8. Групповой менторинг

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись и презентация вебинара	2,57	2,57				
2	Информация о групповом менторинге	0,2				0,2	
3	Материалы к групповому менторингу	0,1				0,1	
	Итого	2,87	2,57			0,3	

Урок 1. Запись и презентация вебинара
Видеолекция
Разбор сессий. Обсуждение. Ответы на вопросы.

Урок 2. Информация о групповом менторинге
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Информация о групповом менторинге.

Урок 3. Материалы к групповому менторингу

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Материалы к групповому менторингу.

Тема 9. Практика

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Шаблон анкеты для межмодульной практики	4		4			
2	Учет часов для подачи в ICF	0,5				0,5	
3	Шаблон журнала учета коуч - часов	1				1	
	Итого	5,5		4		1,5	

Урок 1. Шаблон анкеты для межмодульной практики

Практическое занятие

1. Проведение практики с ассистентом «в тройке».

2. Заполнение анкеты для межмодульной практики, размещенной на образовательной платформе.

Урок 2. Учет часов для подачи в ICF

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Учет часов для подачи в ICF.

Урок 3. Шаблон журнала учета коуч - часов

Самостоятельная работа

1. Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Шаблон журнала учета коуч - часов.

2. Работа с шаблоном: учет коуч-часов.

Тема 10. Обратная связь по обучению на модуле 1

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Обратная связь по обучению на модуле 1 программы «Коучинг нового мышления»	0,1			0,1		
	Итого	0,1			0,1		

Урок 1. Обратная связь по обучению на модуле 1 программы «Коучинг нового мышления»

Домашнее задание

Заполнение анкеты обратной связи.

МОДУЛЬ 2. ПОИСК РЕШЕНИЙ. ЭФФЕКТИВНОЕ ВМЕСТО ПРИВЫЧНОГО

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Логистика контракта	11,36	1,86		7	2,2	0,3
2	Планирование	17,42	1,62	10	4,7	1,1	
3	Выход за пределы ограничений	14,77	1,57	8	3,2	1,8	0,2
4	Проектирование новых действий	15,58	1,68	6	5,5	2,4	
5	Уровни работы с клиентом	17,72	1,62	9	5,2	1,9	
6	Раскрытие потенциала	13,35	1,35	6	2	3,8	0,2
7	Групповой менторинг	3,37	3,17			0,2	
8	Групповой менторинг	4,71	2,51		2	0,2	
9	Практика	5		4		1	
10	Обратная связь по обучению на модуле 2	0,1			0,1		
	Итого	**103,38**	**15,38**	**43**	**29,7**	**14,6**	**0,7**

Тема 1. Логистика контракта

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в Модуль 2	1,2			1	0,2	
2	Запись и презентация вебинара	1,86	1,86				
3	Компетенция №8. Способствует	0,2				0,2	

	развитию клиента						
4	Первая встреча	0,5				0,5	
5	Тест 1. Логистика контракта	0,1					0,1
6	Контрактная сессия	0,5				0,5	
7	Модель Global Contract	0,5				0,5	
8	Коуч-сессии, промежуточная и итоговая сессии	0,2				0,2	
9	Тест - Логистика контракта	0,2					0,2
10	Итоги темы «Логистика контракта»	0,1				0,1	
11	Домашнее задание	6			6		
	Итого	11,36	1,86		7	2,2	0,3

Урок 1. Введение в Модуль 2

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Содержание II модуля «Поиск решения: эффективное вместо привычного».

Домашнее задание

Задание:

Чтобы обучение на этом модуле прошло максимально эффективно, зафиксируйте для себя цель, которую вы ставите на обучение на модуле 2 и результат, к которому вы хотите прийти по окончанию обучения на модуле. Запишите критерии результата – как вы поймете, что достигли его.

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Компетенции 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. Отличия коучинга. Концепция Я1 и Я2. Критерии хороших вопросов. Модель «Т». Долгосрочная цель. Цель на сессию SMART.

Урок 3. Компетенция №8. Способствует развитию клиента

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компетенция №8. Способствует развитию клиента.

Урок 4. Первая встреча

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Первая встреча.

Урок 5. Тест 1. Логистика контракта
Промежуточная аттестация
Тестирование
1. Запрос на коучинг должен сформулировать:
Коуч
Коучи

2. Сколько времени обычно занимает встреча-знакомство?
10-15 минут
15-30 минут
30-40 минут
40-60 минут

Урок 6. Контрактная сессия
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Контрактная сессия.

Урок 7. Модель Global Contract
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Модель Global Contract.

Урок 8. Коуч-сессии, промежуточная и итоговая сессии
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Коуч-сессии, промежуточная и итоговая сессии.

Урок 9. Тест - Логистика контракта
Промежуточная аттестация
Тестирование
1. Модель Global Contract помогает клиенту (возможны несколько вариантов ответов):
Сформулировать для себя, нужен ли ему коучинг
Сформулировать контрактную цель
Сформулировать критерии конечного результата
Сформулировать цель на сессию

2. Вопрос «С чем сегодня хочешь поработать?» помогает определить:
Тему разговора
Долгосрочную цель

Цель на сессию
Критерии результата сессии

3. Вопрос «Как ты поймешь, что достиг результата сессии?» помогает определить:
Тему разговора
Долгосрочную цель
Цель на сессию
Критерии результата сессии

4. Вопрос «Что сейчас тебя продвинет к долгосрочной цели?» помогает определить:
Тему разговора
Долгосрочную цель
Цель на сессию
Критерии результата сессии

5. Вопрос «Как это проявится в жизни?» помогает определить:
Тему разговора
Долгосрочную цель
Цель на сессию
Критерии результата сессии

Урок 10. Итоги темы «Логистика контракта»
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Итоги темы «Логистика контракта».

Урок 11. Домашнее задание
Домашнее задание
1. Составьте свой шаблон установочной встречи.
2. Практика в парах по проведению контрактной сессии
1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.
2. Провести контрактную сессию.
3. Дать обратную связь напарнику.
4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.
3.Посмотрите демо-сессию по этапу «Контрактная сессия» в подборке Демо-сессий
Во время просмотра демо обратите внимание на:
1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.

3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.

4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.

5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?

6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?

7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

Тема 2. Планирование

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в тему «Планирование»	0,6			0,5	0,1	
2	Запись и презентация вебинара	1,62	1,62				
3	Сквозное и включенное видео	0,2				0,2	
4	Практическое задание	2		2			
5	Инструмент «Линия времени»	0,2				0,2	
6	Практическое задание	4		4			
7	Матрица Эйзенхауэра	0,5				0,5	
8	Практическое задание	4		4			
9	Итоги темы «Планирование»	0,3			0,2	0,1	
10	Домашнее задание	4			4		
	Итого	17,42	1,62	10	4,7	1,1	

Урок 1. Введение в тему «Планирование»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Планирование».

Домашнее задание

Задание:

Вопрос для самоисследования:

1. Представьте в пространстве вокруг вас время.

2. Где находится прошлое, настоящее и будущее?

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Включенное и сквозное время. Техника «Матрица Эйзенхауэра». Техника «Линия времени».

Урок 3. Сквозное и включенное видео

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Сквозное и включенное видео.

Урок 4. Практическое задание

Практическое занятие

Таблица, размещенная на образовательной платформе, описывает как люди во времени (включенные) и люди вне времени (сквозные):

- осознают время,
- насколько интенсивно они переживают,
- какие у них есть привычки и особенности.

Изучите таблицу и заполните последнюю строку – предположите, с какими запросами эти люди чаще приходят к коучу.

Урок 5. Инструмент «Линия времени»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Инструмент «Линия времени».

Урок 6. Практическое задание

Практическое занятие

Посмотрите демо-сессию «Линия времени» в подборке Демо-сессий

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

Урок 7. Матрица Эйзенхауэра»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Матрица Эйзенхауэра.

Урок 8. Практическое задание

Практическое занятие

Посмотрите демо-сессию «Матрица Эйзенхауера» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

Урок 9. Итоги темы «Планирование»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы «Планирование».

Домашнее задание

Задание:

Что в теме «Планирование» было самым ценным для вас?

Урок 10. Домашнее задание

Домашнее задание

1. В парах провести технику «Линия времени».

Что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики
2. Провести сессию с применением техники.
3. Дать обратную связь напарнику.
4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Техника «Линия времени»:

1. Озвучить цель и критерии
2. Представить линию времени.
3. Назвать ключевые точки на пути достижения цели (с конца). Отметить их на линии времени.
4. Ассоциировать клиента с первой точкой (с начала).
5. Диссоциировать клиента с первой точкой и спросить о плане.
6. Так сделать со всеми точками.
7. Поместите клиента в будущее визуализируйте и оцените, как каждая ситуация связывает все в единый процесс.

8. Диссоциируйте клиента и просите клиента оценить, как каждая ситуация связывает все в единый процесс.

9. Первый шаг.

2. Включать вопросы в сессии с клиентом или с напарником вопросы из матрицы Эйзенхауэра.

1. В каком квадрате Вы проводите больше времени?
2. В каком квадрате Вы хотите проводить больше времени?
3. Где Вы теряете время?
4. Где есть временные ресурсы?
5. Кто / Что контролирует Ваше время? (родители, дети, коллеги…)
6. Какие вредные привычки Вы за собой видите?
7. Что Вы можете выбросить из своего расписания?
8. Какую работу Вы можете делегировать и кому?
9. Что вы можете делать регулярно и это привело бы к большим позитивным изменениям в управлении жизнью?

Тема 3. Выход за пределы ограничений

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в тему «Выход за пределы ограничений»	0,2				0,2	
2	Запись и презентация вебинара	1,57	1,57				
3	Гремлины - страхи перемен	0,2				0,2	
4	Виды гремлинов	0,5				0,5	
5	Практическое задание	2		2			
6	Компетенция №7	0,2				0,2	
7	Алгоритм работы с гремлинами	0,2				0,2	
8	Практическое задание	4		4			
9	Техника шкальных оценок	0,2				0,2	
10	Практическое задание	2		2			
11	Тест по итогам темы 3 «Выход за пределы ограничений»	0,2					0,2
12	Итоги темы «Выход за пределы ограничений»	0,3			0,2	0,1	
13	Домашнее задание	3			3		
14	Дополнительные ресурсы к теме	0,2				0,2	
	Итого	14,77	1,57	8	3,2	1,8	0,2

Урок 1. Введение в тему «Выход за пределы ограничений» Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Выход за пределы ограничений».

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Знакомство с гремлинами. Алгоритм работы с гремлинами. Техника Шкальных оценок.

Урок 3. Гремлины - страхи перемен

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Гремлины - страхи перемен.

Урок 4. Виды гремлинов

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Виды гремлинов.

Урок 5. Практическое задание

Практическое занятие

1.Изучите памятку (размещенную на образовательной платформе).

2.Изучите таблицу и заполните пропущенные (пустые) строки.

В таблице ниже представлены:

цели клиентов,

то, как у человека с такой целью могут проявляться все 5 гремлинов,

задачи коуча при работе с каждым из гремлинов.

3. Изучите таблицу и заполните последнюю строку.

Урок 6. Компетенция №7

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компетенция №7.

Урок 7. Алгоритм работы с гремлинами

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Алгоритм работы с гремлинами.

Урок 8. Практическое задание

Практическое занятие

1. Посмотрите демо-сессию «Работа с гремлинами»в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

Рефлексивное упражнение: мой гремлин

Вы изучили алгоритм работы с «гремлинами». Сейчас мы предлагаем Вам самостоятельно пройти по алгоритму и поработать с одним из Ваших собственных гремлинов.

Рекомендуем записывать Ваши мысли в блокнот.

Если в ходе упражнения у Вас появятся вопросы, Вы сможете их задать тренеру во время следующего занятия.

Приятного путешествия навстречу себе!

Итак, Вы готовы?

1. Что это за гремлин?

• Чего именно вы боитесь? _____

• Когда гремлин появляется? _____

• Что он вам говорит? _____

• Что вы делаете в этот момент, когда боитесь? _____

• Что чувствуете в этот момент? _____

• А о чем вы думаете? _____

2. Зачем вам этот гремлин?

• Что эти действия, чувства, мысли для вас значат? _____

• Для чего вам этот гремлин? _____

• Что вы упускаете, когда есть такой страх? _____

3. Отпустите гремлина:

• Что бы вы хотели бы вместо него? _____

• Что вы хотели бы делать? _____

• Что вы хотели бы чувствовать? _____

• Чему бы хотели посвятить свои мысли? _____

4.Выберите действовать иначе. Когда все, что вы писали сейчас, у вас есть, что еще становится возможным для вас:

• На что вы способны? _____

• Что для вас тогда важно? _____

• А что становится самым важным? _____

• И когда это самое важное у вас уже есть, что вы сделаете по-другому? _____

Урок 9. Техника шкальных оценок

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника шкальных оценок.

Урок 10. Практическое задание

Практическое занятие

1.Посмотрите демо-сессию «Техника шкальных оценок» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

Урок 11. Тест по итогам темы 3 «Выход за пределы ограничений»

Промежуточная аттестация

Тестирование

1.В каких частях мозга по модели триединого мозга Пола Маклина может «жить» страх? Возможны несколько вариантов правильных ответов.

В некортексе

В лимбической системе

В рептильном мозге

2. С какими видами страха коучи работают чаще всего? Возможны несколько вариантов правильных ответов.

1) С биологическими
2) С социальными
3) С интеллектуальными

3. Если градус страха клиента от 9 до 10, то:
   1) Стабильный результат клиент сможет получить, только обратившись к профильному специалисту – психотерапевту или психоаналитику
   2) Клиент может работать со страхом с поддержкой коуча
   3) Клиент может справиться со страхом самостоятельно

4. Если градус страха клиента от 1 до 5, то:
   1) Стабильный результат клиент сможет получить, только обратившись к профильному специалисту – психотерапевту или психоаналитику
   2) Клиент может работать со страхом с поддержкой коуча
   3) Клиент может справиться со страхом самостоятельно

5. Если градус страха клиента от 6 до 8, то:
   1) Стабильный результат клиент сможет получить, только обратившись к профильному специалисту – психотерапевту или психоаналитику
   2) Клиент может работать со страхом с поддержкой коуча
   3) Клиент может справиться со страхом самостоятельно

Урок 12. Итоги темы «Выход за пределы ограничений»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы «Выход за пределы ограничений».

Домашнее задание

Задание:

Что в теме «Выход за пределы ограничений» было самым ценным для вас?

Урок 13. Домашнее задание

Домашнее задание

Практика в парах:

1. Отработать технику работы с гремлинами, связанных с коучинговой работой.

2. Отработать технику шкальных оценок.

Примеры демо-сессий представлены в папке с Демо.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.
2. Провести контрактную сессию.
3. Дать обратную связь напарнику.
4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Урок 14. Дополнительные ресурсы к теме

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Дополнительные ресурсы к теме.

Тема 4. Проектирование новых действий

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в тему «Проектирование новых действий»	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	1,68	1,68				
3	Мотивация при планировании новых действий	0,7			0,5	0,2	
4	Внешние и внутренние ресурсы	0,2				0,2	
5	Метод Уолта Диснея	0,5				0,5	
6	Применение метода Уолта Диснея	1				1	
7	Практическое задание	3		3			
8	Техника Советов Директоров	0,2				0,2	
9	Практическое задание	3		3			
10	Расширение перспектив: три направления	0,2				0,2	
11	Домашнее задание	5			5		
	Итого	15,58	1,68	6	5,5	2,4	

Урок 1. Введение в тему «Проектирование новых действий»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Проектирование новых действий».

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Понятие мотивации и ресурсов. Особенности техники «Мой проект в лучах солнца». Особенности техники «Расширение перспектив: три направления». Особенности техники «Совет директоров». Разберем техники: метод Уолта Диснея.

Урок 3. Мотивация при планировании новых действий

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Мотивация при планировании новых действий.

Домашнее задание

Задание:

К вам пришел клиент, который хочет «перестать работать за копейки на людей, которые его не ценят».

Сформулируйте, как бы вы использовали метод перехода к «да» через «нет» в этой ситуации.

Урок 4. Внешние и внутренние ресурсы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Внешние и внутренние ресурсы.

Урок 5. Метод Уолта Диснея

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Метод Уолта Диснея.

Урок 6. Применение метода Уолта Диснея

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Применение метода Уолта Диснея.

Урок 7. Практическое задание

Практическое занятие

1.Посмотрите демо-сессию «Метод Уолта Диснея» в подборке Демо-сессий

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?

2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.

3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.

4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.

5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?

6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?

7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

2. Эффективные коучинговые вопросы для разработки стратегии.

В таблице ниже для каждой роли прописаны условия формулировки эффективных вопросов.

Заполните последний столбец таблицы примерами вопросов.

Урок 8. Техника Советов Директоров

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника Советов Директоров.

Урок 9. Практическое задание

Практическое занятие

1.Посмотрите демо-сессию «Совет Директоров» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?

2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.

3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.

4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.

5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?

6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?

7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

2.Каких менторов выбрали бы вы?

Представьте, что вы ваш запрос в коучинге связан с развитием в качестве коуча.

Каких трех менторов вы бы выбрали для себя в работе с техникой «Совет директоров»?

Урок 10. Расширение перспектив: три направления

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Расширение перспектив: три направления.

Урок 11. Домашнее задание

Домашнее задание

1.Посмотрите демо-сессию «Расширение перспектив: три направления» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

2. Посмотрите демо-сессию «Мой проект в лучах солнца» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

3.Проведите практику в парах

Что вам пошагово нужно сделать:

Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

Провести контрактную сессию.

Дать обратную связь напарнику.

Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

В парах отработать:

1. Технику «У. Диснея»
2. Технику «Расширение перспектив».

4. Придумайте вопросы для теста

Чтобы лучше усвоить полученные знания, я прошу вас представить себя в роли тренера, который недавно рассказал своим студентам о том, как коуч может помогать клиенту проектировать новые действия.

Ваша задача как тренера – проверить, как ваши студенты усвоили знания с помощью теста.

Тема 5. Уровни работы с клиентом

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в тему «Уровни работы с клиентом»	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	1,62	1,62				
3	Пирамида логических уровней	1,5			1	0,5	
4	Как применять пирамиду логических уровней в коучинге	0,5				0,5	
5	Практическое задание	3		3			
6	Колесо 360	0,5				0,5	
7	Практическое задание	3		3			
8	Модель GROW	0,2				0,2	
9	Практическое задание	3		3			
10	Итоги темы «Уровни работы с клиентом»	0,3			0,2	0,1	
11	Домашнее задание	4			4		
	Итого	17,72	1,62	9	5,2	1,9	

Урок 1. Введение в тему «Уровни работы с клиентом»»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Уровни работы с клиентом».

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Что такое техника «Пирамида логических уровней». Что такое техника «Колесо 360». Особенности модели «GROW».

Урок 3. Пирамида логических уровней

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Пирамида логических уровней.

Домашнее задание

Задание:

Объясните смысл цитаты Фридриха Ницше «Если у человека есть зачем жить, он выдержит любое как» с точки зрения пирамиды логических уровней Роберта Дилтса.

Как вы поняли слова Ницше? Поделитесь своими выводами.

Урок 4. Как применять пирамиду логических уровней в коучинге

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Как применять пирамиду логических уровней в коучинге.

Урок 5. Практическое задание

Практическое задание

Посмотрите демо-сессию «Пирамида Дилтса» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

2. Составляем вопросы к кейсу по пирамиде Дилтса.

Представьте, что к вам на сессию пришел клиент с проблемой, что «его не ценят, ни во что не ставят на работе».

Уровни:

1. Уровень окружения.
2. Уровень поведения.
3. Уровень способностей.
4. Уровень убеждений и ценностей.
5. Уровень идентичности.
6. Уровень миссии.

Урок 6. Колесо 360

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Колесо 360.

Урок 7. Практическое задание

Практическое задание

1. Посмотрите демо-сессию «Техника «Колесо 360» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

2. Сформулируйте для этого клиента вопросы по каждому из логических уровней пирамиды Дилтса.

Поделитесь, вопросы какого уровня вызвали наибольшую сложность.

Урок 8. Модель GROW

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Модель GROW.

Урок 9. Практическое задание

Практическое задание

Посмотрите демо-сессии «Техника «GROW» и «Техника «GROW» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?

6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

Урок 10. Итоги темы «Уровни работы с клиентом»
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы «Уровни работы с клиентом».

Домашнее задание
Задание:

Что в теме «Уровни работы с клиентом» было самым ценным для вас?

Урок 11. Домашнее задание
Домашнее задание

1. Практика в парах.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.
2. Провести контрактную сессию.
3. Дать обратную связь напарнику
4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Для данной практики:

1. В парах отработать технику «Пирамида логических уровней».
2. В парах отработать технику «Колесо-360».
3. В парах отработать модель GROW.

Тема 6. Раскрытие потенциала

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Что такое потенциал	0,2				0,2	
2	Запись и презентация вебинара	1,35	1,35				
3	Техника «Прогулка к мастерству»	1				1	
4	Практическое задание	3		3			
5	Тест	0,2					0,2
6	Принцип Парето и техника «Код уникальности»	0,5				0,5	
7	Практическое задание	3		3			
8	Итоги темы «Раскрытие потенциала»	0,1				0,1	

9	Домашнее задание	2			2		
10	Справочник коуча 1 часть	2				2	
	Итого	13,35	1,35	6	2	3,8	0,2

Урок 1. Что такое потенциал

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Что такое потенциал.

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Суть техники «Прогулка к мастерству». Суть техники «Код уникальности». Особенности менторинг.

Урок 3. Техника «Прогулка к мастерству»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника «Прогулка к мастерству».

Урок 4. Практическое задание

Практическое задание

1. Посмотрите демо-сессии «Прогулка к мастерству» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

2. Краткий рассказ об этапах развития.

Первый шаг техники «Прогулка к мастерству» – это краткий рассказ клиенту об этапах развития. С опорой на памятку напишите тезисный план того, как вы рассказали бы клиенту об этапах развития.

Урок 5. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. На какой стадии развития у клиента может появиться самоуверенность?

1) Зарождение
2) Концентрация
3) Движение
4) Стабильность
5) Мастерство

2. На какой стадии развития клиент начинает обучение?

1) Зарождение
2) Концентрация
3) Движение
4) Стабильность
5) Мастерство

3. На какой стадии развития клиенту у него возможен прорыв?

1) Зарождение
2) Концентрация
3) Движение
4) Стабильность
5) Мастерство

4. На какой стадии развития клиента у него возможен кризис?

1) Зарождение
2) Концентрация
3) Движение
4) Стабильность
5) Мастерство

5. На какой стадии клиент начинает внедрять новое в жизнь?

1) Зарождение
2) Концентрация
3) Движение
4) Стабильность
5) Мастерство

Урок 6. Принцип Парето и техника «Код уникальности»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Принцип Парето и техника «Код уникальности».

Урок 7. Практическое задание

Практическое задание

1. Посмотрите демо-сессии «Код уникальности» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?

2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.

3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.

4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.

5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?

6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?

7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

2. Инструменты, изученные на 2 модуле.

Теперь у вас есть целый арсенал коучинговых инструментов, которые усилят ваши коуч-сессии.

Очень важно уместно использовать эти инструменты.

В таблице ниже представлены запросы, которые могут озвучить ваши клиента.

Урок 8. Итоги темы «Раскрытие потенциала»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы «Раскрытие потенциала».

Урок 9. Домашнее задание

Домашнее задание

Практика в парах.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

2. Провести контрактную сессию.

3. Дать обратную связь напарнику

4 Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Для данной практики:

Используйте технику «Код уникальности».

Используйте технику «Прогулка к мастерству».

Урок 10. Справочник коуча 1 часть

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Справочник коуча 1 часть.

Тема 7. Групповой менторинг

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Информация о групповом менторинге	0,2				0,2	
2	Запись вебинара	2,53	2,53				
3	Материалы к групповому менторингу	0,64	0,64				
	Итого	3,37	3,17			0,2	

Урок 1. Информация о групповом менторинге
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Информация о групповом менторинге.

Урок 2. Запись вебинара
Видеолекция

Разбор вопросов и сессии. Разбор транскрибации обучающихся.

Урок 3. Материалы к групповому менторингу
Видеолекция

Анализ выбранной компетенции, за которой будет осуществлено наблюдение во время группового менторинга. Как она проявлена.

Тема 8. Групповой менторинг

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Информация о групповом менторинге	0,2				0,2	
2	Запись вебинара	2,51	2,51				
3	Материалы к групповому менторингу	2			2		
	Итого	4,71	2,51		2	0,2	

Урок 1. Информация о групповом менторинге
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Информация о групповом менторинге.

Урок 2. Запись вебинара

Видеолекция

Разбор вопросов и сессии. Разбор транскрибации обучающихся.

Урок 3. Материалы к групповому менторингу

Домашнее задание

1. Посмотрите коуч-сессию.
2. Прочитайте транскрибацию.

Тема 9. Практика

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Шаблон анкеты для межмодульной практики	4		4			
2	Учет часов для подачи в ICF	0,5				0,5	
3	Шаблон журнала учета коуч часов	0,5				0,5	
	Итого	5		4		1	

Урок 1. Шаблон анкеты для межмодульной практики

Практическое занятие

1. Проведение практики с ассистентом «в тройке».
2. Заполнение анкеты для межмодульной практики, размещенной на образовательной платформе.

Урок 2. Учет часов для подачи в ICF

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Учет часов для подачи в ICF.

Урок 3. Шаблон журнала учета коуч - часов

Самостоятельная работа

1. Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Шаблон журнала учета коуч - часов.

Работа с шаблоном: учет коуч-часов.

Тема 10. Обратная связь по обучению на модуле 2

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Обратная связь по обучению на модуле 2 программы «Коучинг нового мышления»	0,1			0,1		
	Итого	0,1			0,1		

Урок 1. Обратная связь по обучению на модуле 2 программы «Коучинг нового мышления»

Домашнее задание

Заполнение анкеты обратной связи.

МОДУЛЬ 3. ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ ВЫБОРА. ИНТЕРЕС ВМЕСТО СТРАХА

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Осознание ценностей	8,1	2		4	1,9	0,2
2	Категории ценностей	11,95	1,95	4	4,5	1,3	0,2
3	Глобальные ценности	9,83	1,73		4,2	3,7	0,2
4	Командный коучинг. Осуществление выбора	14,47	1,97	4	5	3,4	0,1
5	Выявление мотивационных слов клиента	8,64	1,64		4	2,7	0,3
6	Работа с вмешательствами	9,1	2		4,5	2,4	0,2
7	Групповой менторинг	5,25	2,75		2	0,5	
8	Групповой менторинг	4,73	1,73		2	1	
9	Практика	5		4		1	
10	Экзаменационный тест	2					2
11	Обратная связь по обучению на модуле 3	0,1			0,1		
	Итого	**79,17**	**15,77**	**12**	**30,3**	**17,9**	**3,2**

Тема 1. Осознание ценностей

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в Модуль 3	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	2	2				
3	Ценности, убеждения, принципы	1				1	
4	Поддерживающие и ограничивающие убеждения	0,5				0,5	
5	Работа с ценностями и убеждениями	0,2				0,2	
6	Тест	0,2					0,2
7	Итоги темы	1,1			1	0,1	
8	Домашнее задание	3			3		
	Итого	8,1	2		4	1,9	0,2

Урок 1. Введение в Модуль 3

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Содержание III модуля.

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Понимание систем ценностей. Работа с вмешательствами. Прямая коммуникация. Менторинг.

Урок 3. Ценности, убеждения, принципы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Ценности, убеждения, принципы.

Урок 4. Поддерживающие и ограничивающие убеждения

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Поддерживающие и ограничивающие убеждения.

Урок 5. Работа с ценностями и убеждениями

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Работа с ценностями и убеждениями.

Урок 6. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Ценности – это:
   1) это то, что наиболее близко человеку и отзывается в самых сокровенных глубинах его души, его фундаментальный взгляд на жизнь, который формируют характер
   2) порядок действий, то, как человек что-то делает
   3) твёрдый взгляд на что-нибудь, основанный на какой-либо идее, мировоззрении

2. Убеждения – это:
   1) это то, что наиболее близко человеку и отзывается в самых сокровенных глубинах его души, его фундаментальный взгляд на жизнь, который формируют характер
   2) порядок действий, то, как человек что-то делает
   3) твёрдый взгляд на что-нибудь, основанный на какой-либо идее, мировоззрении

3. Принципы — это:
   1) это то, что наиболее близко человеку и отзывается в самых сокровенных глубинах его души, его фундаментальный взгляд на жизнь, который формируют характер
   2) порядок действий, то, как человек что-то делает
   3) твёрдый взгляд на что-нибудь, основанный на какой-либо идее, мировоззрении

4. На каких этапах коуч-сессии можно прояснять ценности и работать с убеждениями?
   1) Создание раппорта
   2) Целеполагание
   3) Поиск решений
   4) Выбор
   5) Завершение

5. Какой вопрос помогает раскрыть ценность человека?
   1) Зачем вы это выбрали?
   2) Почему вы страдаете?
   3) Что для вас важно?

4) Какая мысль вам поможет, поддержит?

Урок 7. Итоги темы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы.

Домашнее задание

Чтобы лучше усвоить полученные знания, представьте себя в роли тренера, который недавно рассказал своим студентам о том, что такое ценности, убеждения и принципы. Ваша задача как тренера – проверить, как ваши студенты усвоили знания с помощью теста. Придумайте от 2 до 7 вопросов для теста и поделитесь вариантами с коллегами в этом здании.

Урок 8. Домашнее задание

Домашнее задание

1. Практика в парах.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

2. Провести контрактную сессию.

3. Дать обратную связь напарнику.

4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Для данной практики:

1. В диалоге понаблюдайте за невербальным поведением собеседника, когда он говорит о ценностях.

2. Поделитесь, что происходило с собеседником на уровне невербального поведения.

3. Используйте в практике «Вопросы о прояснении ценностей» (Сократовский диалог).

4. Используйте в практике технику «От страхов к ценностям».

2. Напишите примеры собственных ценностей, убеждений и принципов.

Напишите **для себя** примеры собственных ценностей, убеждений и принципов.

Что поддерживает, а что ограничивает?

Тема 2. Категории ценностей

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеол	ПЗ	ДЗ	Самостоятел	Промежуточ

			екция			ьная работа	ная аттестация
1	Введение в тему «Категория ценностей»	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	1,95	1,95				
3	Типология ценностей	0,2				0,2	
4	Теория поколений	0,5				0,5	
5	Тест	0,2					0,2
6	Компоненты структуры личности человека	0,7			0,5	0,2	
7	7 способов выявления ценностей	0,2				0,2	
8	Практическое задание	4		4			
9	Итоги темы «Категории ценностей»	0,1				0,1	
10	Домашнее задание	4			4		
	Итого	11,95	1,95	4	4,5	1,3	0,2

Урок 1. Введение в тему «Категория ценностей»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Категория ценностей».

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Создание раппорта. Целеполагание (цель позитивная, в зоне контроля, важная, экологичная + SMART). Поиск решений, исследование.

Урок 3. Типология ценностей

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Типология ценностей.

Урок 4. Теория поколений

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Теория поколений.

Урок 5. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Какое поколение с точки зрения теории поколении ценит коллективный труд и командную игру?

1) Бэби-бумеры
2) Поколение X
3) Поколение Y
4) Поколение Z

2. Отличительной особенностью какого поколения является информированность о том, что происходит в мире?

1) Бэби-бумеры
2) Поколение X
3) Поколение Y
4) Поколение Z

3. Какое поколение занимается самообразованием, очень быстро взрослеет и не представляет свою жизнь без гаджетов?

1) Бэби-бумеры
2) Поколение X
3) Поколение Y
4) Поколение Z

4. Какое поколение ориентировано на немедленный рост?

1) Бэби-бумеры
2) Поколение X
3) Поколение Y
4) Поколение Z

5. Какое из поколений считает непозволительным быть специалистом в чем-либо одном?

1) Бэби-бумеры
2) Поколение X
3) Поколение Y
4) Поколение Z

Урок 6. Компоненты структуры личности человека

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Компоненты структуры личности человека.

Домашнее задание

Какую роль в жизни человека играют его ценности? Поделитесь своими размышлениями.

Урок 7. 7 способов выявления ценностей

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

7 способов выявления ценностей.

Урок 8. Практическое задание

Практическое занятие

1. Посмотрите демо-сессии «Метафорическое животное» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

2. Чтобы лучше усвоить полученные знания, представьте себя в роли тренера, который недавно рассказал своим студентам о категориях ценностей и способах выявления ценностей. Ваша задача как тренера – проверить, как ваши студенты усвоили знания с помощью теста. Придумайте от 2 до 7 вопросов для теста.

Урок 9. Итоги темы «Категории ценностей»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы «Категории ценностей».

Урок 10. Домашнее задание

Домашнее задание

1. Практика в парах.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.
2. Провести контрактную сессию.
3. Дать обратную связь напарнику.
4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Для данной практики:

Используйте технику «Метафорические вопросы».

2. Практика в парах.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

2. Провести контрактную сессию.

3. Дать обратную связь напарнику.

4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Для данной практики:

Используйте технику «Моменты радости и счастья».

Тема 3. Глобальные ценности

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в тему «Глобальные ценности»	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	1,73	1,73				
3	Спиральная динамика	0,5				0,5	
4	Уровни выживания в теории спиральной динамики	1				1	
5	Уровни «бытия» в теории спиральной динамики	0,5				0,5	
6	Тест	0,2					0,2
7	Саммари по уровням спиральной динамики	0,5				0,5	
8	Как применить теорию спиральной динамики	0,7			0,2	0,5	
9	Моменты проявления приверженности	0,5				0,5	
10	Итоги темы	0,1				0,1	
11	Домашнее задание	4			4		
	Итого	9,83	1,73		4,2	3,7	0,2

Урок 1. Введение в тему «Глобальные ценности»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Глобальные ценности».

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Что такое спиральная динамика. Техники по работе с ценностями.

Урок 3. Спиральная динамика
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Спиральная динамика.

Урок 4. Уровни выживания в теории спиральной динамики
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Уровни выживания в теории спиральной динамики.

Урок 5. Уровни «бытия» в теории спиральной динамики
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Уровни «бытия» в теории спиральной динамики.

Урок 6. Тест
Промежуточная аттестация

Тестирование

1. На каком уровне по спиральной динамике наблюдаются первобытные люди, новорожденные, тяжело больные и немощные люди, голодающие массы и люди без определенного места жительства?

1) Выживание (бежевый уровень)
2) Безопасность (фиолетовый уровень)
3) Власть (красный уровень)
4) Подчинение (синий уровень)
5) Успех (оранжевый уровень)
6) Друзья (зеленый уровень)
7) Функция (желтый уровень)
8) Глобальная деревня (бирюзовый уровень)

2. Какой уровень спиральной динамики Грейвза силен в преступных группировках и спортивных командах?

1) Выживание (бежевый уровень)
2) Безопасность (фиолетовый уровень)
3) Власть (красный уровень)
4) Подчинение (синий уровень)
5) Успех (оранжевый уровень)
6) Друзья (зеленый уровень)
7) Функция (желтый уровень)

8) Глобальная деревня (бирюзовый уровень)

3. Какому уровню теории спиральной динамики свойственны такие феномены как Эпоха Просвещения, философия «успеха», средний класс, массовая культура?

1) Выживание (бежевый уровень)
2) Безопасность (фиолетовый уровень)
3) Власть (красный уровень)
4) Подчинение (синий уровень)
5) Успех (оранжевый уровень)
6) Друзья (зеленый уровень)
7) Функция (желтый уровень)
8) Глобальная деревня (бирюзовый уровень)

4. К какому уровню спиральной динамики можно отнести интегральную философия Кена Уилбера, идеи Ганди, концепции Вернадского?

1) Выживание (бежевый уровень)
2) Безопасность (фиолетовый уровень)
3) Власть (красный уровень)
4) Подчинение (синий уровень)
5) Успех (оранжевый уровень)
6) Друзья (зеленый уровень)
7) Функция (желтый уровень)
8) Глобальная деревня (бирюзовый уровень)

5. На каком уровне спиральной динамики могут наблюдаться эгоистичные маленькие дети, бунтующие подростки, феодальные царства, эпические герои, рок-звезды?

1) Выживание (бежевый уровень)
2) Безопасность (фиолетовый уровень)
3) Власть (красный уровень)
4) Подчинение (синий уровень)
5) Успех (оранжевый уровень)
6) Друзья (зеленый уровень)
7) Функция (желтый уровень)
8) Глобальная деревня (бирюзовый уровень)

6. На каком уровне спиральной динамики могут наблюдаться теория хаоса, экоиндустриальные парки, «новая физика» Ф.А. Вольфа?

1) Выживание (бежевый уровень)
2) Безопасность (фиолетовый уровень)
3) Власть (красный уровень)
4) Подчинение (синий уровень)
5) Успех (оранжевый уровень)

6) Друзья (зеленый уровень)
7) Функция (желтый уровень)
8) Глобальная деревня (бирюзовый уровень)

7. На каком уровне спиральной динамики будут наблюдаться пуританская Америка, конфуцианский Китай, Хассидский Иудаизм, кодекс рыцарства и чести, чиновничьи структуры, патриотизм?

1) Выживание (бежевый уровень)
2) Безопасность (фиолетовый уровень)
3) Власть (красный уровень)
4) Подчинение (синий уровень)
5) Успех (оранжевый уровень)
6) Друзья (зеленый уровень)
7) Функция (желтый уровень)
8) Глобальная деревня (бирюзовый уровень)

8. На каком уровне спиральной динамики будут наблюдаться хиппи, Гринпис, шведский социализм, права животных?

1) Выживание (бежевый уровень)
2) Безопасность (фиолетовый уровень)
3) Власть (красный уровень)
4) Подчинение (синий уровень)
5) Успех (оранжевый уровень)
6) Друзья (зеленый уровень)
7) Функция (желтый уровень)
8) Глобальная деревня (бирюзовый уровень)

Урок 7. Саммари по уровням спиральной динамики

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Саммари по уровням спиральной динамики.

Урок 8. Как применить теорию спиральной динамики

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Как применить теорию спиральной динамики.

Домашнее задание

Задание:

Как вы можете использовать знание законов спиральной динамики для более эффективного коучингового взаимодействия?

Урок 9. Моменты проявления приверженности

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Моменты проявления приверженности.

Урок 10. Итоги темы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы.

Урок 11. Домашнее задание

Домашнее задание

1. Просмотрите Демо-сессию: техника «Юбилей».

2. Практика в парах.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

2. Провести контрактную сессию.

3. Дать обратную связь напарнику

4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Для данной практики:

Используйте инструмент «Моменты проявления приверженности».

3. Практика в парах.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

2. Провести контрактную сессию.

3. Дать обратную связь напарнику.

4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Для данной практики:

Используйте инструмент «3 человека, которые меня восхищают».

Тема 4. Командный коучинг. Осуществление выбора

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация

1	Введение в тему «Командный коучинг. Осуществление выбора»	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	1,97	1,97				
3	Командный коучинг	0,2				0,2	
4	Как коуч работает с командами	1,5			1	0,5	
5	Техника поощряющих вопросов	0,5				0,5	
6	Декартовы координаты	1				1	
7	Колесо выбора	1				1	
8	Практическое задание	4		4			
9	Итоги темы	0,1				0,1	
10	Тест	0,1					0,1
11	Домашнее задание	4			4		
	Итого	14,47	1,97	4	5	3,4	0,1

Урок 1. Введение в тему «Командный коучинг. Осуществление выбора»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Командный коучинг. Осуществление выбора».

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Командные ценности. Осуществление выбора. Инструменты: декартовы координаты; колесо выбора.

Урок 3. Командный коучинг

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Командный коучинг.

Урок 4. Как коуч работает с командами

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Как коуч работает с командами.

Домашнее задание

Ответьте на вопросы:

1. Чем командный коучинг отличается от тренинга?

2.Чем командный коучинг отличается от индивидуального коучинга?

3.Чем командный коучинг отличается от обычной фасилитационной сессии?

Урок 5. Техника поощряющих вопросов

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника поощряющих вопросов.

Урок 6. Декартовы координаты

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Декартовы координаты.

Урок 7. Колесо выбора

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Колесо выбора.

Урок 8. Практическое задание

Практическое занятие

1. Посмотрите демо-сессии «Декартовы координаты» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?
6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

2. Посмотрите демо-сессии «Колесо выбора» в подборке Демо-сессий.

Задача для наблюдения за демо:

1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента?
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.
3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.
4. Как в поведении и действиях коуча проявилась компетенции коуча, приведите конкретные факты.
5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому?

6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику?
7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо?

3. Чтобы лучше усвоить полученные знания, представьте себя в роли тренера, который недавно рассказал своим студентам о категориях ценностей и способах выявления ценностей. Ваша задача как тренера – проверить, как ваши студенты усвоили знания с помощью теста. Придумайте от 2 до 7 вопросов для теста.

Урок 9. Итоги темы
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Итоги темы.

Урок 10. Тест
Промежуточная аттестация
Тестирование
1. Какой инструмент помогает коучу создать в команде атмосферу доверия на основе объединяющих ценностей?
«Поощряющие вопросы»
«Декартовы координаты»
«Колесо выбора»
Метафорические вопросы
«Юбилей»

2. Основной инструмент коуча в командном коучинге – это:
Фасилитация
Недирективность
Безоценочность
«Шкала»

3. Техника «Декартовы координаты» позволяет клиенту:
сделать выбор из множества вариантов
сделать выбор из двух вариантов
прояснить ценности команды
прояснить цели команды

4. Техника «Колесо выбора» позволяет клиенту:
сделать выбор из множества вариантов
сделать выбор из двух вариантов
прояснить ценности команды
прояснить цели команды

Урок 11. Домашнее задание

Домашнее задание

1. Практика в парах.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

2. Провести контрактную сессию.

3. Дать обратную связь напарнику.

4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Для данной практики:

Используйте технику «Колесо выбора».

Используйте технику «Декартовы координаты».

Тема 5. Выявление мотивационных слов клиента

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в тему «Выявление мотивационных слов клиента»	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	1,64	1,64				
3	Мотивационные слова	1				1	
4	Тест	0,1					0,1
5	Шкалы измерения мотивации клиента	0,5				0,5	
6	Прямая коммуникация	0,5				0,5	
7	Алгоритм прямой коммуникации	0,5				0,5	
8	Тест	0,2					0,2
9	Итоги темы	0,1				0,1	
10	Домашнее задание	4			4		
	Итого	8,64	1,64		4	2,7	0,3

Урок 1. Введение в тему «Выявление мотивационных слов клиента»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Выявление мотивационных слов клиента».

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Осознание ценностей. Категории ценностей. 7 способов выявления ценностей. Система ценностей: глобальные ценности. Командный коучинг.

Осуществление выбора. Выявление мотивационных слов клиента. Работа с вмешательствами. «Прямая коммуникация». Групповой менторинг.

Урок 3. Мотивационные слова

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Мотивационные слова.

Урок 4. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Мотивационные слова клиента – это:

слова, которые клиент повторяет чаще всего

слова, которые клиент использует, чтобы описать свое намерение и выразить вероятность того, приведет ли это намерение к конкретным действиям

слова, которые мотивируют клиента

2. Могут ли мотивационные слова быть использованы с частицей «не»?

Да

Нет

3. Если для клиента ситуация является заданным параметром, то он использует:

более активные глаголы

менее активные глаголы

Урок 5. Шкалы измерения мотивации клиента

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Шкалы измерения мотивации клиента.

Урок 6. Прямая коммуникация

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Прямая коммуникация.

Урок 7. Алгоритм прямой коммуникации

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Алгоритм прямой коммуникации.

Урок 8. Тест
Промежуточная аттестация
Тестирование
1. Я заметила, что вы злитесь, когда рассказываете об этом проекте.
Прямая коммуникация
Оценка

2. Я заметила, что, когда вы говорите об отношениях с коллегами, у вас появляются эмоции. Что это значит для вас?
Оценка
Прямая коммуникация

3. Я заметил, что вы очень переживаете и нервничаете, когда говорите об отношениях с коллегами, подозреваю, что они напряженные. С чем это связано?
Прямая коммуникация
Оценка

4. Я отметил, что вы начинаете сильнее жестикулировать и меняетесь в лице, когда рассказываете о переезде. Я думаю, вам нужно проработать этот болезненный момент.
Прямая коммуникация
Оценка

5. Я отметила, что вы начинаете сильнее жестикулировать и меняетесь в лице, когда рассказываете о переезде. Что вы думаете об этом?
Оценка
Прямая коммуникация

Урок 9. Итоги темы
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Итоги темы.

Урок 10. Домашнее задание
Домашнее задание
1. Просмотрите Демо-сессию: Колесо ценностей
Задача для наблюдения за демо:
1. Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента.
2. Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.

3. Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.

4. Как в поведении и действиях коуча проявились компетенции коуча? Приведите примеры.

5. Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому.

6. Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику.

7. Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо.

2. Практика в парах.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

2. Провести контрактную сессию.

3. Дать обратную связь напарнику

4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Для данной практики:

Фиксируйте в коуч-сессиях мотивационные слова клиента и обсуждайте их в обратной связи.

3. Практика в парах.

Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

1. Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

2. Провести контрактную сессию.

3. Дать обратную связь напарнику.

4. Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Для данной практики:

Используйте технику «Колесо ценностей».

Тема 6. Работа с вмешательствами

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в тему «Работа с вмешательствами»	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	2	2				
3	Работа с возражениями клиентов	0,7			0,5	0,2	
4	Способы работы с возражениями клиентов	1				1	
5	Тест	0,2					0,2
6	Техника «Выход на эффективное поведение»	1				1	

7	Итоги темы	0,1				0,1	
8	Домашнее задание	4			4		
	Итого	9,1	2		4,5	2,4	0,2

Урок 1. Введение в тему «Работа с вмешательствами»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Работа с вмешательствами».

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Осознание ценностей. Категории ценностей. 7 способов выявления ценностей. Система ценностей: глобальные ценности. Командный коучинг. Осуществление выбора. Выявление мотивационных слов клиента. Работа с вмешательствами. «Прямая коммуникация».

Урок 3. Работа с возражениями клиентов

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Работа с возражениями клиентов.

Домашнее задание

Подберите, пожалуйста, метафору, которая лучше всего характеризует возражение клиента.

Урок 4. Способы работы с возражениями клиентов

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Способы работы с возражениями клиентов.

Урок 5. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. «Кем Вы становитесь, когда успешно реализуете этот проект?»

Подход откладывания

Генеративный рефрейминг

Реорганизация линии времени

Сравнение альтернатив

Проверка экологии

Переход на более высокий уровень

2. «Насколько важным для вас будет этот спор с коллегой через 5 лет?»

Подход откладывания

Проверка экологии
Генеративный рефрейминг
Сравнение альтернатив
Переход на более высокий уровень
Реорганизация линии времени

3. «А как другой человек смог бы наладить отношения с этим претенциозным клиентом, чтобы продолжить сотрудничество?»
Переход на более высокий уровень
Проверка экологии
Реорганизация линии времени
Подход откладывания
Генеративный рефрейминг
Сравнение альтернатив

4. «Представьте, что смотрите на экран вашего телефона. Перед вами – списки возможностей развития вашей карьеры. Что бы вы выбрали?»
Сравнение альтернатив
Переход на более высокий уровень
Подход откладывания
Генеративный рефрейминг
Проверка экологии
Реорганизация линии времени

5. «Представьте, что вы откажетесь от обучения на тестировщика и своего профессионального развития в сфере информационных технологий. Как это повлияет на вашу жизнь?»
Генеративный рефрейминг
Переход на более высокий уровень
Подход откладывания
Сравнение альтернатив
Реорганизация линии времени
Проверка экологии

6. «Если временно отложить эту трудность и представить, что вы уже стали директором по маркетингу, то что тогда было бы важно для вас?»
Подход откладывания
Сравнение альтернатив
Проверка экологии
Реорганизация линии времени
Генеративный рефрейминг
Переход на более высокий уровень

7. «Давайте пока отложим сложность сбора всех документов и подачи их в налоговую. Когда Вы поймёте, как сделать следующий шаг, то сможете вернуться к ней, если захотите, хорошо?»

Переход на более высокий уровень

Сравнение альтернатив

Генеративный рефрейминг

Подход откладывания

Реорганизация линии времени

Проверка экологии

Урок 6. Техника «Выход на эффективное поведение»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника «Выход на эффективное поведение».

Урок 7. Итоги темы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы.

Урок 8. Домашнее задание

Домашнее задание

1. Просмотрите Демо-сессию: Выход на эффективное поведение.

Задача для наблюдения за демо:

Какой был использован инструмент для данного запроса от клиента.

Выпишите вопросы, которые помогают поддерживать алгоритм инструмента.

Выпишите вопросы, которые, на ваш взгляд, оказались сдвигающими для клиента.

Как в поведении и действиях коуча проявились компетенции коуча? Приведите примеры.

Что, на ваш взгляд, вы бы сделали по-другому.

Что, кроме алгоритма инструмента, вы возьмете в свою практику.

Какие собственные мысли и инсайты возникли при просмотре демо.

2. Практика в парах.

Для данной практики:

Используйте технику «Работа с гремлином».

Коллеги, теперь приступаете к практике. Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

Провести контрактную сессию.

Дать обратную связь напарнику.

Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

3. Практика в парах.

Для данной практики:

Клиент формулирует возражение, а коуч последовательно использует инструменты работы с возражениями.

Время на практику: 10 минут.
Время на обратную связь: 2 минуты.

Коллеги, теперь приступаете к практике. Давайте еще раз обсудим, что вам пошагово нужно сделать:

Договориться с напарником об удобном времени и месте (скайп, зум, ватсап) для практики.

Провести контрактную сессию.

Дать обратную связь напарнику Зафиксировать результаты в рефлексивнике.

Тема 7. Групповой менторинг

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись вебинара менторинга	2,75	2,75				
2	Информация о групповом менторинге	0,5				0,5	
3	Материалы к групповому менторингу	2			2		
	Итого	5,25	2,75		2	0,5	

Урок 1. Информация о групповом менторинге

Видеолекция

Определение группового менторинга. Выбор компетенции. Выбор формы заполнения анкеты.

Урок 2. Информация о групповом менторинге

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Информация о групповом менторинге.

Урок 3. Материалы к групповому менторингу
Домашнее задание
1. Посмотрите коуч-сессию.
2. Прочитайте транскрибацию.

Тема 8. Групповой менторинг

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись вебинара менторинга	1,73	1,73				
2	Информация о групповом менторинге	1				1	
3	Материалы к групповому менторингу	2			2		
	Итого	4,73	1,73		2	1	

Урок 1. Информация о групповом менторинге
Видеолекция
Определение группового менторинга. Выбор компетенции. Выбор формы заполнения анкеты.

Урок 2. Информация о групповом менторинге
Самостоятельная работа
Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Информация о групповом менторинге.

Урок 3. Материалы к групповому менторингу
Домашнее задание
1. Посмотрите коуч-сессию.
2. Прочитайте транскрибацию.

Тема 9. Практика

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Шаблон анкеты для	4		4			

	межмодульной практики						
2	Учет часов для подачи в ICF	0,5				0,5	
3	Шаблон журнала учета коуч часов	0,5				0,5	
	Итого	5		4		1	

Урок 1. Шаблон анкеты для межмодульной практики
Практическое занятие

1. Проведение практики с ассистентом «в тройке».
2. Заполнение анкеты для межмодульной практики, размещенной на образовательной платформе.

Урок 2. Учет часов для подачи в ICF
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Учет часов для подачи в ICF.

Урок 3. Шаблон журнала учета коуч - часов
Самостоятельная работа

1. Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Шаблон журнала учета коуч - часов.

Работа с шаблоном: учет коуч-часов.

Тема 10. Экзаменационный тест

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Экзаменационный тест						
	Итого						

Урок 1. Экзаменационный тест
Промежуточная аттестация

Коучинг нового мышления
(вернуть в формате WORD!)

ИМЯ: (латинскими буквами, как в загранпаспорте)
ДАТА:
ГОРОД:

№	Вопрос -ответ	Макс. балл	Балл

1	**Что такое коучинг?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
2	**Чем коучинг отличается от психологии?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
3	**Чем коучинг отличается от консультирования?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
4	**Чем коучинг отличается от тренингов?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
5	**В каких случаях вы как коуч рекомендуете клиенту обратиться к другому специалисту?**	4	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
6	**По каким признакам вы определяете проявление Я1 и Я2 на коуч сессии У СЕБЯ?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
7	**По каким признакам вы определяете проявление Я1 и Я2 на коуч сессии У ВАШЕГО КЛИЕНТА?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
8	**Что такое «новое мышление», в вашем понимании**	1	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
9	**Каких потенциальных клиентов коучинга вы знаете? Опишите каждый тип.**	4	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
10	**Кто такой «жалобщик» и в каких случаях коуч может работать с ним**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
11	**Компетенция «Заключение коучингового соглашения» важна для успешного коучинга. Что значит заключить коучинговое соглашение?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
12	**«Тема», «Цель на сессию», «Долгосрочная цель». Коучу важно разделять эти понятия и уметь определять их в ходе коучингового диалога. Определите в данном высказывании клиента, что есть что.** На работе мне предложили новую должность. В конце следующей недели я должна принять решение и дать ответ – согласна ли я. Хочу для себя решить, чего я хочу.	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
13	**Один из важных этапов коуч-сессии – прояснение целей клиента. Перечислите критерии хорошо сформулированной цели**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
14	**Что в каждой из нижеперечисленных формулировок противоречит критериям цели.** 1. Хочу, чтобы сын перестал дерзить мне. 2. Я хочу понять, почему не могу построить отношения с мужчинами. **3.** Хочу похудеть.	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
15	**Основа коучинга – создание доверительных отношений с клиентом. Что знает и умеет коуч для создания доверительных отношений?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
16	**По каким признакам вы определяете, что доверительные отношения с клиентом установлены?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
17	**Почему может быть потерян раппорт и как вы сможете его восстановить в сессии?**	3	

	впечатайте Ваш ответ сюда		
18	**По каким критериям можно определить степень эффективности взаимодействия коуча с клиентом?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
19	**Основной инструмент коуча - вопросы. Перечислите критерии хороших вопросов коуча**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
20	**Соответствуют ли этим критериям представленные ниже вопросы и если нет, то почему:** 1. Когда вы напишете программу и создадите сайт, о котором говорили раньше, то какие новые перспективы откроются перед вами в организации, где вы сейчас работаете, и в жизни в целом? 2. Что важного вам даст достижение перечисленных задач? **3.** Вы будете делать домашнее задание?	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
21	**Работа с логическими уровнями – один из способов задавать сильные вопросы. Перечислите уровни пирамиды и ключевые вопросы каждого из них.**	1	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
22	**Определите с какого уровня ПЛУ решение запросов клиентов. Обоснуйте.** 1. Хочу разработать дизайн сайта. 2. Хочу понять, какой мне быть женой. 3. Хочу определить направление, в котором работать.	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
23	**Какие уровни слушания вы знаете? Перечислите их.**	1	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
24	**Какой уровень слушания является предпочтительным для коучингового взаимодействия?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
25	**Что такое коуч-позиция и почему она так важна в коучинговом диалоге?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
26	**Какие способы выявления ценностей вы знаете?**	4	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
27	**Чем ценности отличаются от убеждений?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
28	**Объясните смысл формулы изменений Бекхарда**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
29	**Какие свойства мозговых структур лежат в основе этой формулы?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
30	**Опишите разницу между ассоциированным и диссоциированным образом. Какой из них лучше подходит для планирования? Почему?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
31	**Опишите все варианты сдвигающих вопросов**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
32	**По мнению Тимоти Голви, для успеха важно преодолеть внутренние вмешательства. Перечислите основные типы страшков (Гремлины) у людей (пройденных в рамках программы) и опишите стратегию работы с каждым из них**	2	

	впечатайте Ваш ответ сюда		
33	**Укажите общее направление ваших действий в следующих случаях.** **Что вы внесете в договор заранее, чтобы предусмотреть эти ситуации?** • Вы работаете с клиентом несколько недель и уже многого достигли. На очередной сессии клиент говорит о признаках, явно указывающих на состояние депрессии. Что вы сделаете? • Вы работаете по договору с компанией, у вас 10 клиентов – менеджеры этого предприятия. 4 из них не пришли на запланированную 5 сессию. Что вы сделаете? Что предусмотрите в контакте? • Вы – внутренний коуч на предприятии. Руководитель дает вам понять, что хочет быть в курсе дел одного из сотрудников – вашего клиента. Что вы сделаете**?**	6	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
34	**Какие инструменты вы могли бы применить в следующих случаях:** • Клиент постоянно занят и у него ни на что не хватает времени. • Клиент никак не может выбрать одно место работы из двух. • Клиента раздражает неорганизованность его жены. • Клиент недоволен тем, как он ведет себя во время переговоров • Клиент активный, деятельный, охотно включается в генерацию идей, однако сталкивается с трудностью планирования действий и постановки целей.	10	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
35	**Дайте четыре основания для того, чтобы считать вас хорошим коучем, и почему клиенту стоит работать именно с вами**.	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
36	**Назовите четыре эффективных метода продвижения вас как коуча**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		

Тема 10. Обратная связь по обучению на модуле 3

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Обратная связь	0,1			0,1		
	Итого	0,1			0,1		

Урок 1. Обратная связь

Домашнее задание

Заполнение анкеты обратной связи.

МОДУЛЬ 4. ВНЕДРЕНИЕ В ЖИЗНЬ: ОСОЗНАННОСТЬ ВМЕСТО РЕАКТИВНОСТИ

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Метапрограммы. Часть1	8,67	2,17		0,5	5,6	0,4
2	Метапрограммы. Часть 2	5,07	1,17		0,5	3,2	0,2
3	Метафоры и работа с убеждениями	4,34	1,64		0,5	2,1	0,1
4	Специализация коуча	8,14	2,44		1,5	4,2	
5	Сертификационные вебинары	4,3	3,5		0,3	0,5	
6	Групповой менторинг	4,96	2,46		2	0,5	
	Итого	**35,48**	**13,38**		**5,3**	**16,1**	**0,7**

Тема 1. Метапрограммы. Часть1

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в Модуль 4	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	2,17	2,17				
3	Метапрограммы	1			0,5	0,5	
4	Метапрограмма «Процедуры – Возможности»	1				1	
5	Метапрограмма «Активный – Рефлексивный»	0,5				0,5	
6	Метапрограмма «Тип референции»	0,5				0,5	
7	Метапрограмма «Мотивация «ОТ – К»	0,5				0,5	
8	Метапрограмма «Глобальное – Детальное»	0,5				0,5	
9	Метапрограмма «Я» и «Другие»	0,5				0,5	
10	Привычки мышления	0,5				0,5	
11	Тест	0,2					0,2
12	Пять позиций восприятия	0,5				0,5	
13	Тест	0,2					0,2
14	Техника «5 позиций восприятия»	0,5				0,5	
	Итого	8,67	2,17		0,5	5,6	0,4

Урок 1. Введение в Модуль 4

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в Модуль 4.

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Что такое привычки мышления. Управление прогрессом и ответственностью. Работа с метафорами. Технику HEART. Работу с убеждениями. Как выступить публично о коучинге. Анализ кейсов практикующего коуча. Экзаменационное тестирование. Экзаменационную коуч-сессия.

Урок 3. Метапрограммы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Метапрограммы.

Домашнее задание

1. Придумайте метафору, которая лучше всего описывает суть понятия «метапрограмма».

2. Поделитесь своей метафорой.

Урок 4. Метапрограмма «Процедуры – Возможности»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Метапрограмма «Процедуры – Возможности».

Урок 5. Метапрограмма «Активный – Рефлексивный»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Метапрограмма «Активный – Рефлексивный».

Урок 6. Метапрограмма «Тип референции»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Метапрограмма «Тип референции».

Урок 7. Метапрограмма «Мотивация «ОТ – К»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Метапрограмма «Мотивация «ОТ – К».

Урок 8. Метапрограмма «Глобальное – Детальное»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Метапрограмма «Глобальное – Детальное».

Урок 9. Метапрограмма «Я» и «Другие»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Метапрограмма «Я» и «Другие».

Урок 10. Привычки мышления

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Привычки мышления.

Урок 11. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Чья это реплика «Да, вы все верно говорите, но позвольте добавить, что простуду не вылечить только молоком и медом»

Соглашателю

Несоглашателю

2. В работе с кем коучу рекомендуется использовать отрицания для получения позитивного ответа?

С соглашателем

С несоглашателем

3. «Да, но…» — это стратегия:

Несоглашателя

Соглашателя

4. Кто склонен принимать тот ответ, который им дают?

Соглашатели

Несоглашатели

5. Автоматические мысли – это:

Мысли, которые человек хочет оспорить

Мысли, которые человек проверил на логичность и реалистичность

Мысли, которые появляются спонтанно и запускаются обстоятельствами

Урок 12. Пять позиций восприятия

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Пять позиций восприятия.

Урок 13. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Какая позиция добавляет мышлению гибкость, а самому главному – ценность?

1-я Позиция – Я

2-я Позиция – Другой

3-я Позиция – Наблюдатель

4-я Позиция – Мы

5-я Позиция – Мета-система, Космос

2. Что такое Позиция Восприятия?

различные точки зрения, с которых человек может воспринимать ситуацию, отношения между людьми, а также связанные с этим состояния

чувственное познание предметов окружающего мира, субъективно представляющееся непосредственным

3. В какой Позиции Восприятия человек полностью диссоциируется от событий или диалога?

В 1-й Позиции – Я

Во 2-й Позиции – Другой

В 3-й Позиции – Наблюдатель

В 4-й Позиции – Мы

В 5-й Позиции – Мета-система, Космос

4. В какой позиции человек учитывает возможности и перспективы для всех?

В 1-й Позиции – Я

Во 2-й Позиции – Другой

В 3-й Позиции – Наблюдатель

В 4-й Позиции – Мы

В 5-й Позиции – Мета-система, Космос

Урок 14. Техника «5 позиций восприятия»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника «5 позиций восприятия».

Тема 2. Метапрограммы. Часть 2

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись и презентация вебинара	1,17	1,17				
2	Интеграция метапрограмм	2				2	
3	Тест	0,2					0,2
4	Промежуточная и завершающая сессии	1				1	
5	Итоги темы	0,7			0,5	0,2	
	Итого	5,07	1,17		0,5	3,2	0,2

Урок 1. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Что такое метапрограммы. Процедуры-возможности. Активный-рефлексивный. мотивация «От» – мотивация «К». Ориентация на себя – ориентация на других. Внутренняя-внешняя референция. 5 позиций восприятия.

Урок 2. Интеграция метапрограмм

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Интеграция метапрограмм.

Урок 3. Тест

Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Какая метапрограмма определяет масштаб, в котором человек привык мыслить?

Тип референции

Активный – Рефлексивный»

«Глобальное – Детальное»

«Мотивация ОТ – К»

2. Какая метапрограмма показывает соотношение собственного и внешнего мнения при самооценке и принятии решений?

«Я» - «Другие»

«Процедуры – Возможности»

Тип референции

«Глобальное – Детальное»

3. Что описывает метапрограмма «Процедуры – Возможности»

то, на что больше настроен человек: на мысли о себе, на действия исключительно и только в своих интересах или же для него на первом месте стоят другие люди, их чувства и интересы

то, ориентирован ли человек на поиск новых решений или на описание типовых

то, как человек собирает информацию – до действия или во время него

4. Если человек тщательно собирает и анализирует информацию до совершения действия, то у него ярко выражена:

Внутренняя референция

Внешняя референция

Метапрограмма «Активный»

Метапрограмма «Рефлексивный»

5. Если человека волнует и мотивирует то, что он выиграет, что приобретет, чего достигнет, то у него ярко выражена:

Метапрограмма «Мотивация ОТ»

Метапрограмма «Мотивация К»

Метапрограмма «Глобальное»

Метапрограмма «Детальное»

Урок 4. Промежуточная и завершающая сессии

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Промежуточная и завершающая сессии.

Урок 5. Итоги темы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы.

Домашнее задание

Что было самым ценным для вас в изучении этой темы?

Тема 3. Метафоры и работа с убеждениями

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись и презентация вебинара	1,64	1,64				
2	Работа с метафорами в рамках коуч-сессии	0,5				0,5	
3	Концепция «HEART» и пирамида осознанности	0,5				0,5	
4	Техника «HEART»	1				1	
5	Тест	0,1					0,1
6	Итоги темы	0,6			0,5	0,1	
	Итого	4,34	1,64		0,5	2,1	0,1

Урок 1. Запись и презентация вебинара
Видеолекция

Что такое метафора. Как работать с убеждениями. Убеждения, мешающие коуч.

Урок 2. Работа с метафорами в рамках коуч-сессии
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Работа с метафорами в рамках коуч-сессии.

Урок 3. Концепция «HEART» и пирамида осознанности
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Концепция «HEART» и пирамида осознанности.

Урок 4. Техника «HEART»
Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Техника «HEART».

Урок 5. Тест
Промежуточная аттестация

Тестирование

1. Что из перечисленного является красными флагами по В. Эскуде? Возможны несколько вариантов ответов.

абсолютное мышление и обобщения
проблемы и тревоги в целом
суждения и мнения о себе и других
негативные чувства (страх, злость, грусть)

2. К сигналам переключения энергии относятся (возможны несколько вариантов ответов):
неожиданные вопросы клиента
новый тон голоса
изменение физического поведения
изменение скорости речи
слова клиента о необходимости изменений
эмоционально наполненные слова

Урок 6. Итоги темы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:
Итоги темы.

Домашнее задание

Что было самым ценным для вас в изучении этой темы?

Тема 4. Специализация коуча

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Введение в тему «Специализация коуча»	0,1				0,1	
2	Запись и презентация вебинара	2,44	2,44				
3	Введение в тему «Специализация коуча»	1			0,5	0,5	
4	Карьера коуча	1,5			0,5	1	
5	Позиционирование коуча	0,5				0,5	
6	Профессиональная компетенция №2	0,5				0,5	
7	Коучинг в организации	0,5				0,5	
8	Как применяется коучинг в работе компании	1				1	
9	Итоги темы	0,6			0,5	0,1	
	Итого	8,14	2,44		1,5	4,2	

Урок 1. Введение в тему «Специализация коуча»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Специализация коуча».

Урок 2. Запись и презентация вебинара

Видеолекция

Видеолекция посвящена самопрезентации обучающихся, которую они готовят и рассказывают/показывают свою визитку как коуч.

Урок 3. Введение в тему «Специализация коуча»

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Введение в тему «Специализация коуча».

Домашнее задание

Ответьте на вопрос:

Какую нишу коучинга вы хотите практиковать и почему?

Урок 4. Карьера коуча

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Карьера коуча.

Домашнее задание

Подумайте, какие первые шаги в работе над своим позиционированием вы сделайте.

Зафиксируйте ваши мысли в этом задании.

Урок 5. Позиционирование коуча

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Позиционирование коуча.

Урок 6. Профессиональная компетенция №2

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Профессиональная компетенция №2.

Урок 7. Коучинг в организации

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Коучинг в организации.

Урок 8. Как применяется коучинг в работе компании

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Как применяется коучинг в работе компании.

Урок 9. Итоги темы

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Итоги темы.

Домашнее задание

Что было самым ценным для вас в изучении этой темы?

Тема 5. Сертификационные вебинары

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Запись и презентация вебинара	3,5	3,5				
2	Обратная связь по обучению на модуле 4 программы «Коучинг нового мышления»	0,3			0,3		
3	Лист для экзамена	0,5				0,5	
	Итого	4,3	3,5		0,3	0,5	

Урок 1. Запись и презентация вебинара

Видеолекция 1

Обсуждение сессий, разбор задач и ситуаций.

Видеолекция 2

Запись сертификационного вебинара.

Урок 2. Обратная связь по обучению на модуле 4 программы «Коучинг нового мышления»

Домашнее задание

Задание: заполнение анкеты обратной связи.

Урок 3. Лист для экзамена

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Лист для экзамена.

Тема 6. Групповой менторинг

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Информация о групповом менторинге	0,5				0,5	
2	Запись вебинара	2,46	2,46				
3	Материалы к групповому менторингу	2			2		
	Итого	4,96	2,46		2	0,5	

Урок 1. Информация о групповом менторинге

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Информация о групповом менторинге.

Урок 2. Запись вебинара

Видеолекция

Разбор сессий, обсуждение коучинговых ситуаций. Презы нет, слово «преза» из названия убираем.

Урок 3. Материалы к групповому менторингу

Домашнее задание

1. Посмотрите коуч-сессию.
2. Прочитайте транскрибацию.

МОДУЛЬ 5. БРЕНДИРОВАНИЕ И СОЦИАЛЬНЫЙ БЛОГИНГ КОУЧА. НЕЙРОБИОЛОГИЯ

План уроков

№ п/п	Наименование уроков	Всего часов	В том числе:				
			Видеолекция	ПЗ	ДЗ	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация
1	Нейробиология основных навыков эксперта	0,5				0,5	
2	Личный бренд коуча в онлайн и офлайн	0,5				0,5	
3	Как вести блог в социальных сетях коучу	0,5				0,5	
4	Правила и методы продажи себя как коуча на рынке	0,5				0,5	
	Итого	2				2	

Урок 1. Нейробиология основных навыков эксперта

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Нейробиология основных навыков эксперта.

Урок 2. Личный бренд коуча в онлайн и офлайн

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Личный бренд коуча в онлайн и офлайн.

Урок 3. Как вести блог в социальных сетях коучу

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Как вести блог в социальных сетях коучу.

Урок 4. Правила и методы продажи себя как коуча на рынке

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение текстового материала на образовательной платформе:

Правила и методы продажи себя как коуча на рынке.

ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Итоговая аттестация проводится в форме экзамена в соответствии с оценочными материалами, установленными Приложением 1 настоящей образовательной программы.

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Материально-технические условия реализации программы

Рабочее место преподавателя обеспечено материально-технической базой (условиями) для проведения учебных занятий по образовательной программе:

Ноутбук – 1 шт.

Микрофон – 1 шт.

Веб-камера – 1 шт.

Наличие информационных систем, обеспечивающих функционирование ЭИОС:

Обучение осуществляется в электронной информационно-образовательной среды (ЭИОС) через образовательную платформу «Геткурс», режим доступа к курсу: https://getcourse.ru/ .

Режим доступа к курсу: https://globalcoaching.ru/teach/control/stream/index

3.2. Организация образовательного процесса

Форма обучения – заочная, с применением исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий: учебная нагрузка устанавливается не более 40 часов в неделю и составляет не более 8 часов в день.

Продолжительность одного академического часа устанавливается 45 минут.

При реализации программы используются активные и интерактивные формы проведения занятий: выполнение практических заданий, разбор кейсов, обмен мнениями между преподавателями и слушателями.

Выбор методов обучения для каждого занятия определяется преподавателем в соответствии с составом и уровнем подготовленности обучающихся, степенью сложности излагаемого материала, наличием и состоянием учебного оборудования, технических средств обучения, местом и продолжительностью проведения занятий.

Теоретические занятия (видеолекции) проводятся с целью изучения нового учебного материала. Изложение материала необходимо вести в форме, доступной для понимания обучающихся, соблюдать единство терминологии, определений и условных обозначений, соответствующих международным договорам и нормативным правовым актам. В ходе занятий преподаватель обязан соотносить новый материал с ранее изученным, дополнять основные положения примерами из практики, соблюдать логическую последовательность изложения.

Практические занятия, домашнее задание, самостоятельная работа проводятся с целью закрепления теоретических знаний и выработки у обучающихся основных умений и навыков работы в ситуациях, максимально имитирующих реальные производственные процессы.

Обучение ведется на русском языке.

3.3. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Реализация образовательной программы обеспечивается педагогическими работниками, имеющими высшее образование и отвечающие квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

Педагогические работники имеют высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой темы.

Требования к квалификации преподавателя: высшее образование и стаж работы в образовательной организации не менее 1 года, при наличии послевузовского профессионального образования (аспирантура, ординатура, адъюнктура) или ученой степени кандидата наук - без предъявления требований к стажу работы (приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 11 января 2011 г. № 1н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования»).

Педагогические работники получают дополнительное профессиональное образование по профилю педагогической деятельности не реже чем один раз в три года.

3.4. Учебно-методическое обеспечение:

1. Джон Уитмор. Коучинг. Основные принципы и практики коучинга и лидерства. Альпина Паблишер, 2018.

2. Тимоти Голви. Работа как внутренняя игра. Раскрытие личного потенциала. Манн, Иванов и Фербер (МИФ), 2018.

3. Джули Стар. Полное руководство по методам, принципам и навыкам персонального коучинга. Pretext, 2016.

4. Нино Томашек. Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании. Гуманитарный центр, 2016.

5. Мэрилин Аткинсон. Жизнь в потоке: Коучинг. Альпина Паблишер, 2016.

4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

При реализации образовательной программы оценка результатов освоения программы проводится в рамках текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации.

Текущий контроль успеваемости осуществляется в ходе изучения тем соответствующих модулей.

Порядок проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся устанавливается образовательной организацией.

Текущий контроль успеваемости

Текущий контроль успеваемости проводится с целью получения оперативной информации о качестве усвоения обучающимися учебного материала, управления учебным процессом и совершенствования методики проведения занятий.

Форма текущего контроля – оценка выполненных работ практических занятий, домашних заданий.

Критерии оценивания при проведении текущего контроля успеваемости: правильность ответа по содержанию занятия (учитывается количество и характер ошибок при ответе); рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи (учитывается умение использовать наиболее прогрессивные и эффективные способы достижения цели).

Промежуточная аттестация

Освоение образовательной программы сопровождается промежуточной аттестацией обучающихся, проводимой в форме, определенной учебным планом, и в порядке, установленном организацией, осуществляющей образовательную деятельность.

Промежуточная аттестация проводится после освоения отдельных тем соответствующих модулей образовательной программы.

Форма промежуточной аттестации – тестирование.

Оценочные материалы промежуточной аттестации обучающихся устанавливаются рабочей программой модулей (раздел 2.3 настоящей образовательной программы).

При проведении промежуточной аттестации применятся зачетная система оценки: «зачтено»/ «не зачтено».

Критерием оценки служит следующая шкала количества верных ответов (в %):

0–70 % – не зачтено;

71%–100% – зачтено.

Итоговая аттестация

Освоение образовательной программы завершается итоговой аттестацией обучающихся в форме экзамена.

Итоговая аттестация является обязательной; к итоговой аттестации допускается обучающийся, не имеющий задолженности и в полном объеме выполнивший учебный план по образовательной программе.

Лицам, не прошедшим итоговой аттестации или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть образовательной программы и (или) отчисленным из организации, осуществляющей образовательную деятельность, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, самостоятельно устанавливаемому организацией, осуществляющей образовательную деятельность.

Форма итоговой аттестации – экзамен.

При проведении итоговой аттестации используются оценочные материалы согласно Приложению 1.

По результатам экзамена выставляются оценки: «зачтено», «не зачтено».

Критерии оценивания:

Зачтено – 75 баллов и выше;

Не зачтено – менее 75 баллов.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Информационно-методические материалы для обучающихся

1. Активное слушание

Активное слушание — это умение полностью сосредоточиться на том, что говорит и чего не говорит клиент, понять смысл сказанного в контексте желаний клиента и помочь клиенту в выражении своих чувств и мыслей.

Часто при проведении коуч-сессии коучи используют активное слушание.

Активное слушание характеризуется тем, что:

Слушающий прикладывает больше усилий, чтобы слушать и осознавать информацию, чем говорить самому.

Слушатель намеренно остается сосредоточенным на том, что говорит собеседник, чтобы понять его до конца.

Слушающий в уме фиксирует факты, которые могут понадобиться позднее (при этом можно делать записи).

Слушатель постоянно подает «сигналы», чтобы подтвердить говорящему свое внимание (это могут быть соответствующие звуки, жесты или выражение лица).

Слушающий активно стремится понять, что говорит его собеседник. Для этого он использует уточняющие вопросы, повторяет или резюмирует сказанное, высказывает свои наблюдения или умозаключения.

Слушающий все время пытается понять, что произошло. Он собирает факты, заполняет пробелы, работает над тем, чтобы получить более полную картину произошедшего. Он не затрачивает энергию и время на то, чтобы высказать свои собственные мысли и соображения, не рассказывает о чем-то другом, не дает советов.

Слушающий руководствуется временной последовательностью событий, то есть спрашивает о действиях или событиях в той последовательности, в который они происходили.

Дэвид Клаттербак выделяет ***5 типов активного слушания***:

1. Слушать, чтобы оспорить или опровергнуть. В этом случае в речи человека слушающий выбирает (слышит) ровно то, на что может возразить, а всё остальное пролетает мимо. Но это, в общем-то, активное слушание.
2. Слушать, чтобы ответить, используя ваши собственные мысли, или задать вопрос. Это тоже вариант активного слушания, но для слушающего здесь важно вставить своё мнение, свои «пять копеек». В этом случае мы слышим то, что у нас отзовётся, чтобы вставить свои дополнения. А всё остальное снова пролетает мимо.
3. Слушать, чтобы понять (самому). Здесь мы задаём вопросы на понимание, стремимся понять для себя, что именно говорит клиент, что он подразумевает под своими словами. И это тоже активное слушание.
4. Слушать, чтобы помочь понять кому-то ещё (клиенту). Здесь мы слушаем, чтобы помочь человеку что-то понять, мы задаём вопросы не для

себя, а для самого человека (для клиента), о нём самом, о том, почему это важно для него. И это тоже активное слушание.

5. Слушать без намерения означает интуитивное слушание с использованием всех ваших чувств и без какого-либо конкретного фокуса внимания.

Приемы активного слушания.

К ним относятся:

1) молчаливое слушание, угу/ага-реакция: это самый простой прием активного слушания. Любой человек им пользуется почти интуитивно. Во время разговора рекомендуется периодически кивать головой, говорить «да», «угу», «ага» и т.д. Этим вы даете собеседнику понять, что вы его слушаете и заинтересованы в нём. Например, когда вы о чём-то рассказываете по телефону, то использование таких приёмов собеседником дает вам понять, что вас слушают. Молчание на протяжении всего рассказа, наоборот, вызывает у человека сомнения в заинтересованности партнера разговором и информацией.

2) повтор: повторите за собеседником главную сказанную им мысль. Это демонстрирует вашу внимательность и понимание.

- Я ищу …
- Ясно. Вы ищите…

3) уточнение: не всегда в рассказе человек описывает все детали событий или переживаний. Попросите уточнить все, даже самые мелкие подробности.

4) резюмирование: проведение промежуточных итогов сказанного собеседником в процессе его монолога. Например, «Итак, мы с вами обсудили следующее: что можно делать, чтобы сделать отношения с дочерью теплее».

5) и развитие мысли: осуществление попытки подхвата и продвижение далее хода основной идеи или мысли собеседника.

2. Вопросы сдвиги

Сильный трансформационный вопрос дает мощный толчок клиенту и открывает новые горизонты в его картине мира.

Чтобы задать нужный и наиболее подходящий вопрос, коучу очень важно внимательно слушать клиента.

важно слушать, что говорит клиент и как он это говорит. Ответ может быть в глаголах, контексте, языке тела, паравербалике. Коуч может задать сильный вопрос с помощью слушания клиента.

Правильно сформулированные вопросы-сдвиги повышают для клиента вероятность достижения цели.

Вопросы-сдвиги помогают клиенту выйти за рамки ограничивающих его убеждений, страхов и сомнений и посмотреть на свою задачу с другой точки зрения – с позиции возможностей. Благодаря этому клиент получает осознание, как решить его задачу наилучшим для него способом, и достигает свою цель быстрее и эффективнее.

Трансформационные вопросы обычно начинаются со слов:

- Давайте предположим, что…
- Просто представьте, что…
- Если бы вы были…
- Притворитесь, что вы…
- Что, если…

Выделяют 5 типов вопросов-сдвигов:

1. Личный сдвиг

Например:

Представьте себе, если бы вы были тем человеком, который уже достиг этой цели. Как бы подступились к решению данной задачи?

Представьте, что вы были бы вместо меня коучем. Какой вопрос бы вы сейчас себе задали?

Представьте себе, как если бы вы были другим человеком? Как бы вы тогда решали данную задачу? С чего бы вы начали?

2. Временной сдвиг

Перемещая клиента в будущее, ему можно позволить на очень короткое время ассоциироваться с ним – побыть собой в будущем – и увидеть, услышать и почувствовать происходящее. В таком состоянии клиента можно оставлять только на короткое время, потому что человек может насладиться воображаемой реальностью и уже не желать что-либо делать, чтобы воплотить её в жизнь. Более продуктивно диссоциированное состояние, в котором клиент наблюдает за собой в этой успешной ситуации.

Пример такого вопроса:

Представьте, что прошло столько-то месяцев, и вы получили тот результат, который хотели. Что вы для этого сделали? Как вы это сделали?

Коуч может спросить у клиента, насколько далеко в будущее он хочет посмотреть.

3. Третий тип вопросов – функциональный сдвиг.

Например, коуч может спросить у клиента:

Представьте себе, как если бы ваш отдел продаж работал идеально. Как бы там всё было организовано тогда?

Что если эта система уже была выстроена и работала, как тогда всё будет работать?

Такие вопросы очень сильно «сдвигают», например, молодых управленцев. В реальной жизни у таких клиентов что-то уже получается, что-то пока не получается. Но они постоянно погружены свои дела, в текучку, «варятся в собственном соку». У них не хватает ни времени, ни возможности перенести фокус внимания, посмотреть на ситуацию сверху, представить себе идеальный вариант.

4. Четвертый тип «сдвигов» – информационные сдвиги.

Примерами могут служить такие вопросы:

Представь себе, что у тебя есть доступ к любой информации по твоему вопросу. Какая это могла бы быть информация? Где ты её нашёл?

Что если у тебя уже есть нужная информация. Где ты смог её добыть?

Как бы вы реагировали на эту ситуацию, если бы вся необходимая информация была вам доступна?

Такие вопросы-сдвиги используются, когда звучит запрос на информацию.

5. Последний тип вопросов-сдвигов называется «взгляд другого человека».

Например:

Представь себе, что ты смотришь на себя глазами другого человека (это может быть реальный человек, знакомый, незнакомый, вымышленный человек, персонаж). Что ты видишь? Что этот человек делает?

Представь, что ты смотришь на этот продукт глазами его потенциального клиента. Что бы хотел этот клиент увидеть в этом продукте?

Что если на этот конфликт ты смотришь глазами другого человека. Что он видит?

Вопросы-сдвиги довольны просты в формулировании и использовании, но при этом очень эффективны для работы с клиентом.

Есть несколько приемов, которые позволяют сформулировать вопрос-сдвиг эффективнее:

Во-первых, используйте множественное число, оно стимулирует выбор из больших возможностей (Какие способы..?);

Во-вторых, использование сравнительной степени позволяет клиенту приоритезировать (Что лучше, сильнее, больше..?);

В-третьих, условное наклонение помогает коучи ярче представить будущее (Что произошло бы?..);

И, наконец, систематизирование помогает упорядочивать выбор (максимально, оптимально, структурно..).

И, конечно же, очень важно завершать сессию с клиентами вопросами о его первых шагах.

3. Критерии хороших вопросов

Сильные вопросы помогают расширить или углубить понимания себя клиентом, исследовать тему или сферу жизни, помочь клиенту продвинуться ближе к своей цели.

Хороший вопрос в коучинге должен быть открытым и должен быть задан из коуч-позиции.

Джулия Старр, автор книги «Великолепный коучинг», выделила критерии хороших вопросов в коучинге.

Критериев 4:

1) Хороший вопрос – простой. «Чем меньше, тем лучше» – вот принцип, который следует соблюдать при постановке открытых вопросов, старайтесь коротко и ёмко, но при этом ясно и четко сформулировать свой вопрос.

2) Цель хорошего вопроса – расширить осознанность клиента. Намерение коуча – не самому что-то понять, а помочь понять клиенту. Это и есть расширить осознанность.

3) Хороший вопрос, конечно же, недирективный. Не нужно задавать наводящие вопросы.

4) Четвертый критерий – коуч осознает намерение вопроса. Например, вопрос, который задаётся в конце коуч-сессии: «Что полезного было в данной сессии для тебя?» нужен, конечно, не для того, чтобы коуч услышал похвалы в свой адрес из уст клиента (чем скромнее коуч, тем выше его профессионализм), а для того, чтобы человек ещё раз вспомнил, что было во время сессии. Ещё раз вспомнил свои находки, ещё раз осознал, что происходило во время сессии и осознал себя в этой сессии. И что происходит в этот момент? Очень часто случаются новые инсайты. Можно так задать этот вопрос в конце сессии: «Что в твоей работе сегодня было самым ценным (полезным/интересным) для тебя?»

Сильные вопросы – это те вопросы, которые позволяют клиенту наиболее полно осознать текущую ситуацию и найти наилучшее решение поставленных задач.

Приложение 1

Оценочные материалы итоговой аттестации

Итоговый тест

Коучинг нового мышления (вернуть в формате WORD!)

ИМЯ: (латинскими буквами, как в загранпаспорте)
ДАТА:
ГОРОД:

№	Вопрос -ответ	Макс. балл	Балл
1	**Что такое коучинг?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
2	**Чем коучинг отличается от психологии?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
3	**Чем коучинг отличается от консультирования?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
4	**Чем коучинг отличается от тренингов?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
5	**В каких случаях вы как коуч рекомендуете клиенту обратиться к другому специалисту?**	4	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
6	**По каким признакам вы определяете проявление Я1 и Я2 на коуч сессии У СЕБЯ?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
7	**По каким признакам вы определяете проявление Я1 и Я2 на коуч сессии У ВАШЕГО КЛИЕНТА?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
8	**Что такое «новое мышление», в вашем понимании**	1	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
9	**Каких потенциальных клиентов коучинга вы знаете? Опишите каждый тип.**	4	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
10	**Кто такой «жалобщик» и в каких случаях коуч может работать с ним**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		

11	**Компетенция «Заключение коучингового соглашения» важна для успешного коучинга. Что значит заключить коучинговое соглашение?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
12	**«Тема», «Цель на сессию», «Долгосрочная цель». Коучу важно разделять эти понятия и уметь определять их в ходе коучингового диалога. Определите в данном высказывании клиента, что есть что.** На работе мне предложили новую должность. В конце следующей недели я должна принять решение и дать ответ – согласна ли я. Хочу для себя решить, чего я хочу.	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
13	**Один из важных этапов коуч-сессии – прояснение целей клиента. Перечислите критерии хорошо сформулированной цели**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
14	**Что в каждой из нижеперечисленных формулировок противоречит критериям цели.** 4. Хочу, чтобы сын перестал дерзить мне. 5. Я хочу понять, почему не могу построить отношения с мужчинами. **6.** Хочу похудеть.	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
15	**Основа коучинга – создание доверительных отношений с клиентом. Что знает и умеет коуч для создания доверительных отношений?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
16	**По каким признакам вы определяете, что доверительные отношения с клиентом установлены?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
17	**Почему может быть потерян раппорт и как вы сможете его восстановить в сессии?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
18	**По каким критериям можно определить степень эффективности взаимодействия коуча с клиентом?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
19	**Основной инструмент коуча - вопросы. Перечислите критерии хороших вопросов коуча**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
20	**Соответствуют ли этим критериям представленные ниже вопросы и если нет, то почему:** 4. Когда вы напишете программу и создадите сайт, о котором говорили раньше, то какие новые перспективы откроются перед вами в организации, где вы сейчас работаете, и в жизни в целом? 5. Что важного вам даст достижение перечисленных задач? **6.** Вы будете делать домашнее задание?	3	

	впечатайте Ваш ответ сюда		
21	**Работа с логическими уровнями – один из способов задавать сильные вопросы. Перечислите уровни пирамиды и <u>ключевые вопросы каждого из них.</u>**	1	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
22	**Определите с какого уровня ПЛУ решение запросов клиентов. <u>Обоснуйте</u>.** 4. Хочу разработать дизайн сайта. 5. Хочу понять, какой мне быть женой. 6. Хочу определить направление, в котором работать.	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
23	**Какие уровни слушания вы знаете? Перечислите их.**	1	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
24	**Какой уровень слушания является предпочтительным для коучингового взаимодействия?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
25	**Что такое коуч-позиция и почему она так важна в коучинговом диалоге?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
26	**Какие способы выявления ценностей вы знаете?**	4	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
27	**Чем ценности отличаются от убеждений?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
28	**Объясните смысл формулы изменений Бекхарда**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
29	**Какие свойства мозговых структур лежат в основе этой формулы?**	3	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
30	**Опишите разницу между ассоциированным и диссоциированным образом. Какой из них лучше подходит для планирования? Почему?**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
31	**Опишите все варианты сдвигающих вопросов**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
32	**По мнению Тимоти Голви, для успеха важно преодолеть внутренние вмешательства. Перечислите основные типы страшков (Гремлины) у**	2	

	людей (пройденных в рамках программы) и опишите стратегию работы с каждым из них		
	впечатайте Ваш ответ сюда		
33	**Укажите общее направление ваших действий в следующих случаях.** **Что вы внесете в договор заранее, чтобы предусмотреть эти ситуации?** • Вы работаете с клиентом несколько недель и уже многого достигли. На очередной сессии клиент говорит о признаках, явно указывающих на состояние депрессии. Что вы сделаете? • Вы работаете по договору с компанией, у вас 10 клиентов – менеджеры этого предприятия. 4 из них не пришли на запланированную 5 сессию. Что вы сделаете? Что предусмотрите в контакте? • Вы – внутренний коуч на предприятии. Руководитель дает вам понять, что хочет быть в курсе дел одного из сотрудников – вашего клиента. Что вы сделаете**?**	6	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
34	**Какие инструменты вы могли бы применить в следующих случаях:** • Клиент постоянно занят и у него ни на что не хватает времени. • Клиент никак не может выбрать одно место работы из двух. • Клиента раздражает неорганизованность его жены. • Клиент недоволен тем, как он ведет себя во время переговоров • Клиент активный, деятельный, охотно включается в генерацию идей, однако сталкивается с трудностью планирования действий и постановки целей.	10	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
35	**Дайте четыре основания для того, чтобы считать вас хорошим коучем, и почему клиенту стоит работать именно с вами**.	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		
36	**Назовите четыре эффективных метода продвижения вас как коуча**	2	
	впечатайте Ваш ответ сюда		

Всего баллов за экзамен по ключевым компетенциям коуча: _____

Максимальное количество баллов за экзамен 100
Минимальный проходной балл 75