

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 13.08.2026 15:39:14  
Уникальный программный ключ:  
6bbcb8f4da5b7c4041e256c146b8898c94



**Институт психотерапии и  
клинической психологии**

Автономная некоммерческая организация высшего образования  
**«Институт психотерапии и клинической психологии»**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ФАКУЛЬТАТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **КОУЧИНГ КАК СОВРЕМЕННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ МОТИВАЦИОННОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ**

|                                    |                                                                                  |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Направление подготовки</b>      | 37.04.01 Психология                                                              |
| <b>Направленность (профиль)</b>    | Клиническая психотерапия последствий травматического опыта и кризисных состояний |
| <b>Уровень высшего образования</b> | Магистратура                                                                     |
| <b>Форма обучения</b>              | Очно-заочная                                                                     |

## 1. Общая характеристика дисциплины

### 1.1. Цель и задачи дисциплины

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Цель освоения дисциплины</b> | Формирование у обучающихся системы знаний о возможностях коучинга в развитии мотивационной компетентности, а также способности использовать полученные знания при решении профессиональных задач в области психологического консультирования и психологической помощи.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Задачи дисциплины</b>        | <ul style="list-style-type: none"><li>– сформировать представление о теоретических основах мотивации и возможностях коучингового подхода в развитии мотивационной компетентности;</li><li>– раскрыть принципы применения коучинговых технологий для анализа мотивационной сферы личности и постановки целей;</li><li>– развить навыки анализа мотивационных факторов и выбора способов повышения личной и профессиональной эффективности;</li><li>– сформировать способность учитывать особенности мотивационной сферы при решении профессиональных задач в области психологического консультирования.</li></ul> |

### 1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

| Блок/часть ОПОП                        | Курс/семестр     |
|----------------------------------------|------------------|
| ФТД.Факультативные дисциплины (модули) | 2 курс 3 семестр |

### 1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

| Универсальные компетенции (УК)                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Код и наименование УК                                                                                                                   | Индикатор достижения компетенции                                                                                                                                                                                                          |
| <b>УК-6</b> Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки | <b>УК-6.1</b> Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста                                                                                                                              |
|                                                                                                                                         | <b>УК-6.2</b> Планирует профессиональное развитие с учетом особенностей профессиональной деятельности и требований рынка труда                                                                                                            |
|                                                                                                                                         | <b>УК-6.3</b> Формулирует цели собственной деятельности на основе планируемых результатов, определяет способы их достижения, рационально распределяет временные, информационные и другие ресурсы для совершенствования своей деятельности |

## 2. Содержание и организация освоения дисциплины

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

|                                      |       |
|--------------------------------------|-------|
| Общая трудоемкость (з.е./акад. часы) | 1/36  |
| Форма промежуточной аттестации       | зачет |
| Контактная работа                    | 16    |

|                               |           |
|-------------------------------|-----------|
| лекции                        | 4         |
| практические занятия          | 12        |
| <b>Самостоятельная работа</b> | <b>20</b> |

## 2.2. Тематический план дисциплины

| № п/п | Тема (раздел) дисциплины                | Общая трудоемкость (акад. часы) | Лекции   | ПЗ        | СР        |
|-------|-----------------------------------------|---------------------------------|----------|-----------|-----------|
| 1     | Основы мотивации и мотивационных теорий | 13                              | 2        | 4         | 7         |
| 2     | Современные подходы к мотивации         | 12                              | 1        | 4         | 7         |
| 3     | Применение теорий мотивации в практике  | 11                              | 1        | 4         | 6         |
|       | <b>ИТОГО</b>                            | <b>36</b>                       | <b>4</b> | <b>12</b> | <b>20</b> |

## 2.3. Содержание дисциплины

| Тема (раздел) дисциплины                | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Основы мотивации и мотивационных теорий | Мотивация как стимул личностного роста и повышения личной эффективности. Типы мотивации. Исследование содержания мотивов в различных теориях мотивации. Иерархическая модель мотивации А. Маслоу. Учет мотивов роста и дефицит-мотивов в «пирамиде потребностей». Достоинства и недостатки теории А. Маслоу. Анализ различных теорий мотивации.                                                                                         |
| Современные подходы к мотивации         | Баланс вложенных усилий и полученного результата в теории справедливости. Мотивационная компетентность. Мотивационная компетентность в теории Рисса. График персональной мотивационной чувствительности. Построение собственного профиля мотивационной компетентности. Анализ потребностей и ценностных ориентаций с помощью персонального графика. Построение собственного профиля мотивационной компетентности и анализ потребностей. |
| Применение теорий мотивации в практике  | Учет ценностей и убеждений клиентов при мотивировании. Мотивация и метапрограммы. Диагностика мотивационных типов поведения людей на работе. Выявление ведущей мотивации. Создание персональной карты мотиваторов. Мотивы профессиональной деятельности по Фр. Пьюселику. Спиральная Динамика К. Грейвза. Практическое использование теории К. Грейвза при работе с людьми и командами.                                                 |

## 2.4. Самостоятельная работа обучающихся

| Тема (раздел) дисциплины                | Формы самостоятельной работы                                                      | Формы отчетности                                    |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| Основы мотивации и мотивационных теорий | Изучение базовых понятий. Анализ содержательных и процессуальных теорий мотивации | Проверка знаний терминологии и классических моделей |

|                                        |                                                                                                                     |                                                                           |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Современные подходы к мотивации        | Углубленное изучение моделей когнитивной психологии и теорий справедливости. Сравнительный анализ научных подходов. | Сравнительная таблица моделей мотивации (плюсы, минусы, сферы применения) |
| Применение теорий мотивации в практике | Изучение техник тайм-менеджмента и лайф-коучинга. Работа с субъективной оценкой качества жизни и балансом ресурсов  | Анализ «Колеса жизненного баланса» и план по оптимизации ресурсов         |

Самостоятельная работа обучающихся обеспечивается учебно-методическими и информационными ресурсами Института.

## 2.5. Образовательные технологии

При реализации дисциплины могут использоваться:

- электронное обучение и дистанционные образовательные технологии;
- технологии практической подготовки обучающихся;
- интерактивные методы обучения;
- технологии самостоятельной работы обучающихся;
- иные образовательные технологии, соответствующие целям и содержанию дисциплины.

Организация образовательного процесса может осуществляться с использованием электронной информационно-образовательной среды Института и иных ресурсов, применяемых в образовательной деятельности.

## 3. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины

### 3.1. Основная литература

| № п/п | Наименование                                                                                                                                                                        | Электронный ресурс                                                                                                                | Доступ                                                                                               |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Гринбергер Д. Разум рулит настроением. Измени свои мысли, привычки, здоровье, жизнь / Д. Гринбергер, К. Падески. - Санкт-Петербург : Питер, 2020. - 320 с. - ISBN 978-5-4461-1321-7 | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/365229/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/365229/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
| 2     | Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. / Пер. с англ. / А. Маслоу. - Санкт-Петербург : Питер, 2018. - 400 с. - ISBN 978-5-496-00494-7                                             | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/377127/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/377127/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |

### 3.2. Дополнительная литература

| № п/п | Наименование                                                                                                                                              | Электронный ресурс                                                                                                                | Доступ                                                                                               |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Захарова Т. И. Мотивация трудовой деятельности: учебное пособие / Т.И. Захарова, С.В. Гаврилова. - Москва : ЕАОИ, 2024. - 264 с. - ISBN 978-5-374-00388-8 | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/394860/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/394860/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |

|   |                                                                                                                  |                                                                                                                                       |                                                                                                      |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 | Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. / Е.П. Ильин. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 512 с. - ISBN 978-5-4461-9803-0 | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/377381/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/377381/reading</a><br><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3.3. Электронно-библиотечные системы

| Наименование ЭБС                          | Адрес                                    |
|-------------------------------------------|------------------------------------------|
| Электронно-библиотечная система Айбукс.ру | <a href="http://ibooks.ru">Ibooks.ru</a> |

### 3.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

| Наименование                                                                                                                                                                                                                                                 | Адрес                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Профессиональные базы данных</b>                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                            |
| КиберЛенинка<br><i>Научная электронная библиотека открытого доступа. Предоставляет бесплатные полнотекстовые статьи по различным направлениям психологии и клиническим исследованиям.</i>                                                                    | <a href="http://cyberleninka.ru">КиберЛенинка</a>                                                          |
| PsyJournals.ru<br><i>Портал психологических изданий открытого доступа. Содержит научные журналы и статьи по клинической, консультативной, возрастной, социальной и организационной психологии.</i>                                                           | <a href="http://PsyJournals.ru">Портал психологических изданий PsyJournals.ru</a>                          |
| Электронная библиотека диссертаций РГБ<br><i>Ресурс Российской государственной библиотеки, предоставляющий открытый доступ к авторефератам диссертаций по психологии и смежным наукам.</i>                                                                   | <a href="http://elibrary.ru">Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)</a> |
| Российское психологическое общество<br><i>Профессиональная ассоциация психологов России. Представляет материалы научных исследований, конференций, профессиональные стандарты и информационные ресурсы.</i>                                                  | <a href="http://psy.ru">Российское Психологическое Общество</a>                                            |
| Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига<br><i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии. Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.</i> | <a href="http://psylib.ru">Профессиональная психотерапевтическая лига</a>                                  |
| Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии<br><i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i>                                 | <a href="http://psylib.ru">Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии</a>                            |
| Большая российская энциклопедия<br><i>Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.</i>                                                            | <a href="http://bigenc.ru">Большая российская энциклопедия</a>                                             |
| Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России                                                                                                                                                                                                        | <a href="http://vak.minobrnauki.ru">ВАК</a>                                                                |

|                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.                                                                                                         |                                                                                                   |
| Журнал «Вопросы психологии»<br><i>Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.</i>                                                                                      | <a href="#">Вопросы психологии</a>                                                                |
| Журнал «Психологические исследования»<br><i>Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.</i>                                                       | <a href="#">Психологические исследования</a>                                                      |
| <b>Информационные справочные системы</b>                                                                                                                                                                                          |                                                                                                   |
| Министерство науки и высшего образования Российской Федерации<br><i>Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.</i> | <a href="#">Министерство науки и высшего образования</a>                                          |
| Портал ФГОС ВО<br><i>Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.</i>                                                                                                           | <a href="#">Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования</a> |
| Официальный интернет-портал правовой информации<br><i>Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.</i>                                                                                     | <a href="#">Портал правовой информации</a>                                                        |
| Гарант<br><i>Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.</i>                                                                                                               | <a href="#">garant.ru</a>                                                                         |
| КонсультантПлюс<br><i>Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.</i>                                                                                                                  | <a href="#">КонсультантПлюс</a>                                                                   |

### 3.5. Программное обеспечение

| Наименование ПО                                  | Тип лицензии                 |
|--------------------------------------------------|------------------------------|
| Microsoft Windows 11 Professional (лицензия OEM) | OEM-лицензия                 |
| Kaspersky Endpoint Security                      | Коммерческая лицензия        |
| LibreOffice                                      | Свободно распространяемое ПО |
| 7-Zip                                            | Свободно распространяемое ПО |
| VLC Media Player                                 | Свободно распространяемое ПО |

### 3.6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

| Материально-техническое обеспечение | Назначение |
|-------------------------------------|------------|
|-------------------------------------|------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <b>учебная аудитория для проведения учебных занятий</b><br>Специализированная мебель, оборудование и технические средства обучения:<br>комплекты учебной мебели (столы, стулья), комплект мебели для преподавателя, ноутбук для преподавателя с выходом в сеть "Интернет" и доступом к электронной информационно-образовательной среде Института, гарнитура, мультимедийный проектор, экран, магнитно-маркерная доска | Проведение лекционных, практических и иных учебных занятий |
| <b>помещение для самостоятельной работы</b><br>комплекты учебной мебели (столы, стулья), ноутбуки для обучающихся с выходом в сеть "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду Института, гарнитура, магнитно-маркерная доска                                                                                                                                                             | Организация самостоятельной работы обучающихся             |

#### **4. Особенности освоения дисциплины обучающимися из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Реализация дисциплины для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья в соответствии с законодательством Российской Федерации и локальными нормативными актами Института.

При необходимости обучающимся могут быть созданы специальные условия для освоения дисциплины, прохождения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

#### **5. Фонд оценочных средств**

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине разрабатывается в соответствии с локальными нормативными актами Института и включает оценочные материалы, критерии и процедуры оценивания результатов освоения дисциплины.