

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 29.08.2026 15:45:14

Уникальный программный ключ:

6bbcb8f4da5b7c404e256c14eb5898c94



Институт психотерапии и клинической психологии

Автономная некоммерческая организация высшего образования

«Институт психотерапии и клинической психологии»

УТВЕРЖДАЮ

Ректор АНО ВО «Институт психотерапии
и клинической психологии»

_____/Гордеева Е.Г./

«14» апреля 2026 г.

Приказ от «14» апреля 2026 г. № 14/04/26-002-р

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

КОУЧИНГ В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА

Направление подготовки	37.03.01 Психология
Направленность (профиль)	Психологическое консультирование и психотерапия
Уровень высшего образования	Бакалавриат
Форма обучения	Очная

Москва 2026

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование у обучающихся системы знаний о теоретических основах коучинга, возможностях его применения в психологической практике, особенностях сопровождения личностного развития клиента, а также развитие навыков использования коучинговых технологий и отдельных психологических методов в рамках профессиональной деятельности психолога.
Задачи дисциплины	– сформировать представления о теоретических основах коучинга, принципах коучингового сопровождения и особенностях его применения в психологической практике; – познакомить с психологическими основами целеполагания, мотивации и организации процесса коучингового сопровождения; – раскрыть роль эмоционального интеллекта и внутренних ресурсов личности в достижении личностных и профессиональных целей; – сформировать представления о современных психологических методах, применяемых в практике коучинга, и возможностях их интеграции в консультативную работу; – познакомить с возможностями использования ресурсных технологий и отдельных интегративных методов в сопровождении личностного развития клиента; – развить навыки анализа консультативных ситуаций, выбора коучинговых технологий и соблюдения профессиональных и этических принципов деятельности психолога.

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Блок/часть ОПОП	Курс/семестр
Блок 1. Дисциплины (модули) Часть, формируемая участниками образовательных отношений Элективные дисциплины (модули)	4 курс 7 семестр

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Профессиональные компетенции (ПК)	
Код и наименование ПК	Индикатор достижения компетенции
ПК-2 Способен участвовать в организации и проведении психологического консультирования по вопросам личностного развития, межличностного взаимодействия и преодоления трудных жизненных ситуаций	ПК-2.1 Устанавливает профессиональное взаимодействие с участниками консультативного процесса, соблюдая нормы профессиональной этики и конфиденциальности
	ПК-2.2 Анализирует особенности ситуации обращения и определяет направления консультативной работы в пределах поставленных задач
	ПК-2.3 Использует методы и приемы консультативного взаимодействия в соответствии с целью консультативной работы и особенностями ситуации обращения

2. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	3/108
Форма промежуточной аттестации	зачет
Контактная работа	72
лекции	24
практические занятия	48
Самостоятельная работа	36

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Теоретические основы коучинга и особенности его применения в психологической практике	14	6	4	4
2	Постановка целей и организация процесса коучингового сопровождения	14	2	8	4
3	Современные подходы к мотивации в психологическом консультировании	12	4	4	4
4	Развитие личной эффективности и работа с внутренними ресурсами	12	2	6	4
5	Теоретические основы эмоционального интеллекта	10	4	2	4
6	Развитие эмоционального интеллекта в консультативной практике	12	2	6	4
7	Интеграция психологических методов в практике коучинга	12	2	6	4
8	Работа с внутренними ресурсами и устойчивостью личности	12	2	6	4
9	Возможности использования отдельных техник метода десенсибилизации и переработки психических травм с помощью движений глаз в работе с ресурсными состояниями	10		6	4
	ИТОГО	108	24	48	36

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Теоретические основы коучинга и	История возникновения и развития коучинга. Коучинг как направление

особенности его применения в психологической практике	сопровождения личностного и профессионального развития. Возможности и ограничения применения коучингового подхода в деятельности психолога. Основные области использования коучинга. Принципы сотрудничества и сопровождения клиента в процессе достижения целей. Основные профессиональные и этические принципы коучинговой практики. Базовые навыки специалиста: активное слушание, эффективные вопросы, следование за запросом клиента, поддержание развивающей позиции. Особенности построения коуч-сессии. Установление контакта, определение запроса, заключение договоренностей, организация процесса сопровождения. Типичные ошибки начинающего специалиста.
Постановка целей и организация процесса коучингового сопровождения	Психологические основы целеполагания. Постановка целей в коучинговой практике. Использование моделей SMART и SCHMART при формулировании целей. Модель GROW как инструмент организации коучинговой беседы. Анализ текущей ситуации, определение желаемого результата, поиск вариантов решения и построение плана действий. Формирование внутренней мотивации клиента. Оценка эффективности коучинговой сессии. Самоанализ профессиональной деятельности специалиста.
Современные подходы к мотивации в психологическом консультировании	Понятие мотивации и ее роль в личностном развитии. Основные психологические теории мотивации. Иерархическая модель потребностей А. Маслоу. Современные представления о мотивации достижения. Теория справедливости. Индивидуальные различия мотивационной сферы личности. Исследование потребностей, ценностей и жизненных приоритетов клиента. Особенности диагностики мотивации в консультативной практике. Использование различных моделей мотивации при сопровождении клиента.
Развитие личной эффективности и работа с внутренними ресурсами	Типичные запросы, связанные с повышением личной эффективности. Определение приоритетов развития. Использование техники «Колесо жизненного баланса». Анализ ресурсов и ограничений личности. Работа с внутренними убеждениями, препятствующими достижению целей. Способы повышения внутренней готовности к изменениям. Использование метафорических техник, элементов визуализации и методов структурирования целей. Основные способы конструктивной работы с сопротивлением изменениям.
Теоретические основы эмоционального интеллекта	Современные представления об эмоциональном интеллекте. История развития концепции. Социальный и эмоциональный интеллект. Основные модели эмоционального интеллекта. Компоненты эмоциональной компетентности. Эмоциональное самосознание, эмоциональная саморегуляция, эмпатия и навыки межличностного взаимодействия. Роль эмоционального интеллекта в профессиональной деятельности психолога.
Развитие эмоционального интеллекта в консультативной практике	Методы диагностики эмоционального интеллекта. Анализ собственных эмоциональных особенностей. Распознавание эмоциональных состояний. Управление эмоциональным напряжением. Развитие навыков эмоциональной саморегуляции. Формирование эмпатии и способности понимать эмоциональные состояния других людей. Практические упражнения по развитию эмоциональной компетентности.
Интеграция психологических методов в практике коучинга	Использование отдельных методов психологического консультирования в рамках коучингового сопровождения. Возможности применения техник визуализации, метафор, ресурсных упражнений и методов развития осознанности. Использование элементов когнитивно-поведенческого подхода при работе с ограничивающими убеждениями. Принципы экологичного применения психологических методов в коучинговой практике. Этические ограничения использования психотерапевтических технологий в коучинге.
Работа с внутренними ресурсами и устойчивостью личности	Понятие психологического ресурса. Методы поиска и актуализации внутренних ресурсов личности. Формирование устойчивости к стрессу в процессе достижения целей. Использование ресурсных техник при сопровождении личностного развития. Анализ успешного опыта клиента и перенос эффективных стратегий в новые жизненные ситуации. Разработка

	индивидуального плана поддержания достигнутых изменений.
Возможности использования отдельных техник метода десенсибилизации и переработки психических травм с помощью движений глаз в работе с ресурсными состояниями	Общие представления о методе десенсибилизации и переработки психических травм с помощью движений глаз. Возможности и ограничения применения отдельных ресурсных техник метода вне психотерапии. Принципы формирования ресурсных состояний. Ознакомление с базовыми протоколами, используемыми для повышения психологической устойчивости и развития личностного потенциала. Показания, противопоказания и профессиональные ограничения применения метода. Этические аспекты использования интегративных технологий в деятельности психолога.

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Теоретические основы коучинга и особенности его применения в психологической практике	Изучение учебной литературы	Устный опрос
Постановка целей и организация процесса коучингового сопровождения	Анализ учебных материалов	Участие в обсуждении
Современные подходы к мотивации в психологическом консультировании	Работа с профессиональной литературой	Обсуждение результатов работы
Развитие личной эффективности и работа с внутренними ресурсами	Выполнение практико-ориентированных заданий	Проверка выполненных заданий
Теоретические основы эмоционального интеллекта	Изучение рекомендованных источников	Устный опрос
Развитие эмоционального интеллекта в консультативной практике	Выполнение практико-ориентированных заданий	Проверка выполненных заданий
Интеграция психологических методов в практике коучинга	Анализ профессиональных ситуаций	Обсуждение результатов работы
Работа с внутренними ресурсами и устойчивостью личности	Самостоятельное изучение отдельных вопросов дисциплины	Сообщение
Возможности использования отдельных техник метода десенсибилизации и переработки психических травм с помощью движений глаз в работе с ресурсными состояниями	Работа с учебной литературой	Участие в обсуждении

Самостоятельная работа обучающихся направлена на закрепление и углубление знаний о теоретических основах коучинга, современных подходах к развитию личностных ресурсов и эмоционального интеллекта, а также на развитие навыков применения психологических методов при решении профессиональных задач.

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

2.5. Образовательные технологии

При реализации дисциплины могут использоваться:

- 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	Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. / Е.П. Ильин. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 512 с. - ISBN 978-5-4461-9803-0	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/377381/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Кимси-Хаус Г. Коактивный коучинг: Проверенные принципы личностного и профессионального роста. – 4-е изд., перераб. и доп. / Г. Хаус, К. Хаус, Ф. Сандал. - Москва : Альпина, 2020. - 264 с. - ISBN 978-5-9614-2827-8	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/376435/reading 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	Иванова Е.М. Психология профессиональной деятельности / Е.М. Иванова. - Москва : Пер Сэ, 2011. - 336 с. - ISBN 978-5-9292-0204-9	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/27883/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Минюрова С.А. Психология самопознания и саморазвития: учебник. Учебник / С.А. Минюрова. - Москва : Флинта, 2016. - 480 с. - ISBN 978-5-9765-2231-2	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/353504/reading 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	Ibooks.ru

3.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Наименование	Адрес
Профессиональные базы данных	
КиберЛенинка <i>Научная электронная библиотека открытого доступа. Предоставляет бесплатные полнотекстовые статьи по различным направлениям психологии и клиническим исследованиям.</i>	КиберЛенинка
PsyJournals.ru <i>Портал психологических изданий открытого доступа. Содержит научные журналы и статьи по клинической, консультативной, возрастной, социальной и организационной психологии.</i>	Портал психологических изданий PsyJournals.ru
Электронная библиотека диссертаций РГБ <i>Ресурс Российской государственной библиотеки, предоставляющий открытый доступ к авторефератам диссертаций по психологии и смежным наукам.</i>	Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)
Российское психологическое общество <i>Профессиональная ассоциация психологов России. Представляет материалы научных исследований, конференций, профессиональные стандарты и информационные ресурсы.</i>	Российское Психологическое Общество
Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига <i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии. Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.</i>	Профессиональная психотерапевтическая лига
Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии <i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i>	Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии
Большая российская энциклопедия <i>Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.</i>	Большая российская энциклопедия
Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России <i>Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.</i>	ВАК
Журнал «Вопросы психологии» <i>Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.</i>	Вопросы психологии
Журнал «Психологические исследования» <i>Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.</i>	Психологические исследования
Информационные справочные системы	
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <i>Официальный сайт, содержащий нормативные документы,</i>	Министерство науки и высшего образования

государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.	
Портал ФГОС ВО <i>Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.</i>	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
Официальный интернет-портал правовой информации <i>Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.</i>	Портал правовой информации
Гарант <i>Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.</i>	garant.ru
КонсультантПлюс <i>Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.</i>	КонсультантПлюс

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
учебная аудитория для проведения учебных занятий Специализированная мебель, оборудование и технические средства обучения: 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
помещение для самостоятельной работы 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.