



**Институт практической психологии
Национального исследовательского университета
«Высшая школа экономики»**

Утверждаю
Директор по дополнительному
профессиональному образованию
_____ Е.А. Коваль
« _____ » _____ 2012

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

профессиональной переподготовки специалистов по дополнительной
профессиональной образовательной программе

**«Психологическое консультирование и
психодиагностика личности»**

Цель программы профессиональной переподготовки:

получение практических профессиональных навыков в области психологии,
повышение компетентности в сфере межличностного взаимодействия, рост
личной эффективности в профессиональной сфере.

Программа профессиональной переподготовки ориентирована:

На лиц с полным и неоконченным высшим образованием, желающих получить дополнительную профессию практического психолога, на тех, кто заинтересован в овладении знаниями и умениями, необходимыми для профессионального построения личных и деловых взаимоотношений.

Учебная программа:

Общая психология

Психология личности

Методологические основы анализа понятия "личность". История подходов к изучению личности. Многозначность понятия личности в современной психологии. Индивид и личность. Индивидуальные свойства. Темперамент. Классические теории темперамента. Методы изучения темперамента. Личность и индивидуальность. Понятие индивидуальности. Подходы к изучению индивидуального характера. Социальные условия развития личности. Методы исследования социально-типических проявлений. Генезис развития личности. Органические предпосылки и социальные условия развития личности. Периодизация развития личности. Методы изучения личности. Методы формирования личности.

Психология эмоций

Общая характеристика эмоциональных состояний личности. Биологическая целесообразность эмоций. Соотношение эмоций и познавательных процессов. Эмоции и процессы мотивации. Эмоции как внутренний регулятор деятельности. Развитие представлений об эмоциях в психологии. Условия возникновения эмоционального процесса. Обусловленность эмоций потребностями и мотивацией. Функции эмоций: оценка, активация, мотивация, защита, эвристическая. Динамика эмоций и закономерности протекания эмоционального процесса. Эмоциональные формы поведения. Выражение эмоций.

Психология мотивации

Основные проблемы и понятия психологии мотивации. Потребность как универсальное свойство живых систем и как основа процесса мотивации. Общая организация мотивационной сферы. Механизмы и процессы биологической мотивации. Разновидности биологических потребностей. Развитие биологической мотивации в онтогенезе. Поисковая активность как особая фаза развития потребностей. Специфика мотивационной сферы человека. Проблема базовых потребностей человека. Основные этапы развития мотивационной сферы человека. Иерархическое строение мотивационной сферы личности. Факторы, определяющие иерархизацию мотивов: осознание собственных возможностей и объективных условий их достижения. Разновидности мотивов

личности. Ситуативное развитие мотивации. Мотивы и цели деятельности. Влияние мотивации на продуктивность и качество деятельности.

Социальная психология

Психология общения

История подходов к изучению общения. Типологии общения. Элементы общения. Феноменология общения. Вербальная и невербальная составляющие общения. Психологический контакт с собеседником. Позиции в общении. Этапы общения. Барьеры в общении. Обратная связь. Общение в практической деятельности менеджера по персоналу. Понятие коммуникативной компетентности. Структура компетентности. Компетентность как система знаний, умений и навыков. Диагностика и развитие коммуникативной компетентности.

Социальная психология групп

Проблема группы в социальной психологии. Понятие «малой группы». Классификация малых групп: первичные и вторичные группы, формальные и неформальные группы, группы членства и референтные группы. Группа и организация. Структура малой группы. Положение индивида в группе. Значение различных типов малых групп для детерминации поведения индивида. Динамические процессы в малых группах. Общая характеристика динамических процессов в малой группе. Механизмы формирования малых групп. Условие превращения внешне заданной группы в психологическую реальность для индивида. Феномен группового давления. Групповая сплоченность. Лидерство и руководство в малых группах. Принятие группового решения. Эффективность деятельности малой группы.

Психология конфликта

Эволюция представлений о природе конфликта. Социально-психологические теории конфликта. Методы исследования конфликтов. Генезис конфликта. Стратегия и тактика поведения в конфликте. Исходы и последствия конфликта. Прогнозирование и предупреждение конфликтов. Переговоры. Психотерапия конфликта.

Клиническая психология и основы психосоматики.

Предмет и объект клинической психологии.

Различные определения клинической психологии в отечественной и зарубежной науке. Разделы клинической психологии. Основные понятия: этиология (анализ условий возникновения), патогенез (анализ механизмов происхождения и

развития), классификация, диагностика, эпидемиология, интервенция (профилактика, психотерапия, реабилитация, охрана здоровья).

История возникновения клинической психологии.

Основные этапы развития клинической психологии с конца XIX до наших дней. Основоположники главных направлений клинической психологии в России и за рубежом (Л.Уитмер, Э.Крепелин, Т.Рибо, К.Ясперс, З.Фрейд, И.П.Павлов, А.Р.Лурия). Идиографический и номотетический подходы в клинической психологии.

Исторический обзор истоков клинической психологии: психиатрия (Ф.Пинель, Б.Раш, П.Жане, Э.Крепелин, В.М.Бехтерев, З.Фрейд); гуманистическое и антипсихиатрическое направления; общая и экспериментальная психология; дифференциальная психология и психодиагностика (Ф.Гальтон, В.Штерн, А.Бине); философия жизни, понимающая психология и феноменология.

Методологические проблемы клинической психологии.

Проблема нормы и патологии. Норма как реально существующий и устойчивый феномен. Возможность дихотомии норма-патология. Устойчивость границ нормы: психопатология обыденной жизни, пограничные и транзиторные расстройства. Социо-культурная детерминация представлений о норме. Релятивистские представления о норме. Норма как статистическое понятие. Адаптационные концепции нормы. Норма как идеал. Индивидуальное и видовое понятие нормы.

Проблема кризиса развития. Кризис - невозможность развития в неизменных условиях. Кризис как причина патологического развития. Кризис как источник нормального развития. Нормальные и патогенные кризисы.

Регрессия. Понятие регрессии. Виды регрессии (по А.Фрейд, К.Левину, Дж.Макдугалу). Проблема развития и распада в клинической психологии. Распад как негатив развития. Закон Джексона. Распад как специфическая форма развития. Несоответствие законов распада и развития. Роль компенсации при распаде.

Проблема метода в клинической психологии.

Проблема измерения и оценки в клинической психологии. Методы клинической психологии. Проблема оценки эффективности терапевтического воздействия в клинической психологии. Плацебо-эффект и механизм его функционирования. Основные исследования эффективности психотерапевтического воздействия (Меннингерский проект исследования психотерапии: О.Кернберг и Р.Валлерштейн). Факторы эффективности психотерапевтического воздействия (вера в психотерапевтическую систему, отношения с терапевтом, оплата и др.)

Границы и возможности объективного подхода в клинической психологии. Структура и составные элементы модели научного объяснения Гемпеля и

Оппенгейма (условия адекватности). Explanans (объясняющее) и Explanandum (объясняемое).

Психологические модели личностных расстройств.

Психопатии и расстройства личности. Кластеры «А» (расстройства личности, связанные с нарушением оценки реальности), «В» (расстройства личности, связанные с нарушением самооценки и межличностной коммуникации) и «С» (расстройства личности, связанные с нарушением самооценки и межличностной коммуникации) в классификации DSM. Клинический и психологический анализ основных расстройств личности: параноидное, шизоидное, шизотипное, истерическое, нарциссическое, пограничное, антисоциальное, избегающее, зависимое, пассивно-агрессивное. Критерии зрелой личности.

Клиническая психология в соматической медицине.

Психосоматика и психология телесности. Понятие болезни. Понятие внутренней картины болезни (ВКБ).. Сензитивная и интеллектуальная аутопластическая картина болезни (Р.А.Лурия). Уровни ВКБ: непосредственно-чувственный, эмоциональный, интеллектуальный, мотивационный. Структура динамической картины ВКБ: чувственная ткань, первичное значение, вторичное значение. Личностный смысл болезни и его типы. Болезнь как семиотическая система.

Основные модели психических расстройств в психологии и общей медицине.

Медико-биологическая модель психических расстройств. Каузальный принцип. Развитие болезни: predispositionные факторы, запускающие факторы, поддерживающие и хронифицирующие факторы. Соотношение внешних и внутренних факторов в этиологии.

Психосоциальная модель: роль социума и внутриличностных факторов. Биопсихосоциальная модель как интегрирующая. Ограничения каждой из моделей и возможные методологические и практические трудности, возникающие при их применении в клинической психологии.

Психологические модели тревожных, соматоформных и конверсионных расстройств.

Невротические, связанные со стрессом и соматоформные расстройства. Тревожно-фобические расстройства: паническое расстройство, агорафобия, социальные фобии, специфические (изолированные) фобии, генерализованное тревожное расстройство, обсессивно-компульсивное расстройство, посттравматическое стрессовое расстройство. Различные модели психических расстройств применительно к тревожным расстройствам: когнитивно-бихевиоральные модели, психоаналитическая модель. Соматоформные расстройства: соматизированное

расстройство, ипохондрическое расстройство, соматоформная вегетативная дисфункция, хроническое соматоформное болевое расстройство. Основные модели соматоформных расстройств: бихевиоральная, когнитивная и психодинамическая.

Конверсионные и диссоциативные расстройства. Основные симптомы и психологические механизмы (в контексте когнитивно-бихевиоральных и психодинамических моделей).

Новейшие области исследований и зоны особого интереса клинической психологии.

Влияние современных технологий удовлетворения потребностных состояний (технологии быстрого питания, пластической хирургии, средства массовой информации и др.) на динамику границ нормы и патологии. Клиническая психология организаций и корпораций (в сфере бизнеса и производства): «психотическая» корпорация, «пограничная» организация, «невротическая» фирма. Использование критерия «индекса реальности» П.Жане. Другие зоны интереса.

Психодиагностика.

Общие основы профессиональной психодиагностики

Теоретические вопросы профессиональной психодиагностики.

Цели и задачи профессиональной психодиагностики. Критерии объективности в психодиагностике. Методы психологической диагностики. Профессионально - этические аспекты деятельности психодиагностика. Роль личности психолога в психодиагностическом обследовании. Основные этапы развития психодиагностики.

Методические основы психодиагностического обследования

Методические основы получения психодиагностической информации. Схема получения психодиагностических данных. Типы психодиагностических задач. Процедуры психодиагностического исследования.

Классификация психодиагностических методик

Основания для классификации психодиагностических процедур. Типы диагностических методик. Требования, предъявляемые к диагностическим методикам.

Психологическая диагностика свойств личности

Основные подходы к изучению личности. Опросные методики: 16-факторный опросник Р.Кеттелла, ММРІ в классическом варианте и современных модификациях, индикатор типов Майерс - Бриггс, опросник К.Леонгарда.

Проективные методы изучения личности: тест Сонди, тест Люшера, автобиографическая методика, ЦТО.

Графические методы: «рисунок животного», «рисунок человека», «автопортрет», «свободный рисунок», «психометрический тест».
Графологический анализ личности.

Психологическая диагностика мотивационной сферы личности

Концептуальные подходы к диагностике мотивации.

Методика диагностики структуры мотивационной сферы Э.Мильмана. Тест юмористических фраз (ТЮФ). Тест - опросник для измерения потребности в достижениях (ОПД). Опросник А.Эдвардса (EPPS).

Проективные методы диагностики мотивации: ТАТ, тест фрустраций Розенцвейга, метод «незаконченные предложения».

Психологическая диагностика интеллекта

Общие принципы диагностики интеллекта. Особенности тестирования интеллекта. Методы изучения структуры интеллекта. Тест Р.Амтхауэра, вербальный тест Г.Айзенка. Прогрессивные матрицы Равена, шкала измерений интеллекта Д.Векслера.

Психологическая диагностика межличностных отношений

Методы диагностики межличностных отношений. Модифицированный вариант методики интерперсональных отношений Т.Лири, методика социометрии, опросник Томаса.

Качество психологической диагностики

Система оценки качества тестов и опросников. Неправильное применение тестов. Характеристики эффективных психологических тестов. Критерии эффективности психодиагностических работ.

Искусство психологического консультирования.

Основные направления современной психотерапии

Психоанализ и психоаналитическая терапия.

История возникновения. Основные понятия и термины. Технические приемы классического психоанализа. Формы патологии и психоаналитические техники. Современное состояние психоаналитической терапии.

Аналитическая психология К.Г. Юнга

История возникновения. Отличие аналитической психологии от классического психоанализа. Юнгианский анализ. Методы и психотехнический арсенал.

Гуманистическая психология

Принципы гуманистической психологии. Наиболее крупные представители гуманистической психологии. Особенности психотерапевтической системы. Основные установки консультанта. Разновидности работы консультанта.

Гештальт-терапия

Историческая справка. Основные понятия. Методы и техники гештальт-терапии. Области применения.

Когнитивно-бихевиоральная терапия

История метода. Основные блоки когнитивно-бихевиоральных подходов. Основные теоретические положения. Методологические принципы. Когнитивные

модели депрессивных и тревожных расстройств. Основные этапы и техники когнитивно-бихевиоральной терапии.

Онтопсихология

Основоположник метода. Основные принципы и понятия. Женская психология в онтопсихологическом подходе. Психология лидера. Образы бессознательного и работа с ними. Работа со сновидениями.

Телесно ориентированная и телесно-образная терапия

Историческая справка. Основные представители. Теоретические основы. Методологические принципы. Основные техники работы.

Нейролингвистическое программирование (НЛП)

Историческая справка. Теоретические основы. Базисные принципы. Основные понятия и техники. Клиент в НЛП. Психотерапевт в НЛП. Процесс взаимодействия клиент – терапевт. Области применения метода.

Индивидуальное консультирование

Сущность процесса психологического консультирования

Основные задачи психологического консультирования. Место психологического консультирования в системе помогающих профессий. Модели личности, используемые в различных направлениях психологии. Личность и сущность человека. Индивидуальные внутренние преграды на пути к психологически комфортному состоянию. Осознание как основная стратегия работы психолога-консультанта. Три уровня осознания. Особенности работы с интеллектуальной, эмоциональной и телесной сферой клиента.

Личность психолога-консультанта и этические основы консультирования

Образ жизни психолога-консультанта. Внешность психолога-консультанта. Речь психолога-консультанта. Эмпатия. Сенситивность. Особенности отношений консультант-клиент. Позиция психолога в консультировании. Конфиденциальность. Перенос и контрперенос. Эротизированный перенос. Зависимость в консультировании. Мотивация избрания профессии консультанта. Синдром «сгорания».

Специфика психологического контакта психолога-консультанта с клиентом

Уровни психологического контакта: поведенческий, эмоциональный, семантический. Установки и техники работы практического психолога. Безоценочное принятие, эмпатическое слушание, речь практического психолога.

Психотехнические основы консультирования

Рабочее место психолога-консультанта. Время и оплата в психологическом консультировании. Основные этапы консультирования. Установление эмпатического контакта. Активное слушание. Сопротивление клиента и работа с ним. Особенности первичной консультации.

Основные темы консультирования

Экзистенциальное консультирование. Партнерские и детско-родительские отношения. Страхи. Зависимости. Работа с горем. Посттравматический синдром. Депрессия. Энурез и энкопрез. Соматические расстройства.

Семейное консультирование

История возникновения семейной терапии, основные школы и направления семейной психотерапии.

Основы семейной терапии: цели, задачи, особенности, значение. Эволюция семейной психотерапии. Пионеры и лидеры семейной терапии: Боуэн, Витакер, Минухин, Сатир и другие. Основные подходы в семейной психотерапии: теория семейных систем Боуэна, структурная семейная терапия, эмпирическая семейная терапия, современные подходы в семейной терапии.

Семья как система. Общие сведения о семье, ее структуре и динамике

Структура семьи: сплоченность, иерархия, гибкость, границы, коалиции. Треугольник как единица оценки семейной системы. Некоторые типы дисфункциональных структур. Функционирование семейной системы: закон гомеостаза и закон развития в семейной системе. Динамика (жизненный цикл) семьи: проблемы и задачи жизненных циклов. Уровни изменений в семейной системе.

Параметры семьи как системы

Семейные правила. Семейные мифы. Внешние и внутренние границы семейной системы. Семейные стабилизаторы. Семейная история. Стереотипы взаимодействия семье. Семейные роли. Идентифицированный пациент. Симптом и его функции в семейной системе.

Семейная психотерапия: принципы и процесс.

Методологические принципы системной семейной терапии: циркулярность, гипотетичность, нейтральность. Первое интервью: стадии сессии и основные задачи. Диагностика семьи: семейная генограмма, циркулярное интервью Миланской школы, прослеживание последовательностей взаимодействий. Построение гипотез. Этапы психотерапевтического воздействия на семейную систему.

Техники семейной психотерапии. Техники супружеской терапии.

Циркулярное интервью. Предписания: парадоксальные предписания, простые предписания. Позитивная коннотация. Техника прояснения коммуникаций.

Техника эмпатического слушания. Отдельные поведенческие и коммуникативные техники.

Личность семейного консультанта и психотерапевта. Основные правила и ошибки при семейном консультировании и психотерапии.

Основные принципы семейного консультирования и терапии. Роль и задачи терапевта в процессе психотерапии. Личность терапевта как инструмент психотерапии. Возможные ошибки терапевта.

Телесно-ориентированная терапия

История телесно-ориентированного подхода в психотерапии.

Основные подходы (биоэнергетический, структурный, эмоциональное осознание, «дыхательные» техники, традиционные телесные подходы), их история, центральные идеи. Различия между подходами.

Психология тела В.Райха.

Характер и характерный панцирь. Сегменты характерного панциря. Вегетативная энергия.

Биоэнергетика А.Лоуэна.

Основные принципы функционирования биоэнергии. Типы характера по Лоуэну. Строение тела и характер. Техники работы Лоуэна. Биоэнергетический стул, арка Лоуэна, экспрессивные техники. Понятие заземления.

Биосинтез.

Представление о трех потоках энергии. Данные эмбриологии. Роль пренатального периода жизни. Перинатальный опыт. Типы характеров в биосинтезе и потоки энергии. Заземление, центрация и фейсинг. Интеграция потоков.

Телесно-ориентированный психотерапевт.

Стандарты подготовки. Вопросы техники безопасности. Явление вегетативного резонанса. Перенос и контрперенос. Профилактика и взаимопомощь.

Метод М.Фильденкрайза.

Восстановление грации. Эффективное движение - движение без излишков напряжений. Роль сознания, Система упражнений (практик).

Современный соматический подход

Программа соматических упражнений.

Чувственное осознание.

Экологический подход. Интеграция мыслей и ощущений через движение. Равновесие физическое и духовная уравновешенность. Увеличение восприимчивости. Развитие: от формального движения к уравновешенному бытию.

Групповая психотерапия

История и развитие групповой психотерапии.

Основные понятия и принципы, используемые в групповой психотерапии.
Групповые методы в психоанализе и других психологических школах

Классификация и основные направления.

Психодрама

Экзистенциальная групповая психотерапия

Гештальт – терапевтические группы

T-группы и групподинамический подход

Общие цели T-групп

Преимущества групповой формы психологической работы

Группы социального обучения

Изучение психологических основ общения

Изучение групповых норм.

Групповая динамика. Ролевые позиции в группе. Понятия групповой сплоченности. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный и количественный состав участников группового процесса.

Общие методы работы в групповой психотерапии.

Игровые методы - игра, как инструмент диагностики и самодиагностики.

Ситуационно- ролевые, дидактические, творческие, имитационные, деловые игры.

Игра – как раскрытие творческих способностей и развитие потенциала личности.

Групповые дискуссии.

Структурированные дискуссии. Мозговые атаки, деловые игры.

Неструктурированные. Тематические дискуссии. Биографические и интеракционные дискуссии. Работа в режиме точек зрения.

К.Роджерс, групп-анализ

Медитативные техники – развитие физической и чувственной релаксации, умение освобождаться от излишнего психологического напряжения. Повышение стресса-устойчивости. Развитие рефлексии.

История телесно-ориентированного подхода в психотерапии.

Основные подходы (биоэнергетический, структурный, эмоциональное осознание, «дыхательные» техники, традиционные телесные подходы), их история, центральные идеи. Различия между подходами.

Психология тела В.Райха.

Характер и характерный панцирь. Сегменты характерного панциря. Вегетативная энергия.

Биоэнергетика А.Лоуэна.

Основные принципы функционирования биоэнергии. Типы характера по Лоуэну. Строение тела и характер. Техники работы Лоуэна. Биоэнергетический стул, арка Лоуэна, экспрессивные техники. Понятие заземления.

Биосинтез.

Представление о трех потоках энергии. Данные эмбриологии. Роль пренатального периода жизни. Перинатальный опыт. Типы характеров в биосинтезе и потоки энергии. Заземление, центрация и фейсинг. Интеграция потоков.

Телесно-ориентированный психотерапевт.

Стандарты подготовки. Вопросы техники безопасности. Явление вегетативного резонанса. Перенос и контрперенос. Профилактика и взаимопомощь.

Метод М.Фильденкрайза.

Восстановление грации. Эффективное движение - движение без излишков напряжений. Роль сознания, Система упражнений (практик).

Современный соматический подход

Программа соматических упражнений.

Чувственное осознание.

Экологический подход. Интеграция мыслей и ощущений через движение. Равновесие физическое и духовная уравновешенность. Увеличение восприимчивости. Развитие: от формального движения к уравновешенному бытию.

Психолого-педагогическое консультирование

Предмет и задачи психолого-педагогического консультирования.

Предмет психолого-педагогического консультирования. Области пересечения и границы психолого-педагогического консультирования с детской психотерапией, семейной терапией, возрастно-психологическим консультированием, семейным воспитанием, школьным обучением, самовоспитанием и непрерывным образованием взрослого.

Цель и задачи психолого-педагогического консультирования, их возрастная специфика.

Психодинамика развития ребенка и психология семейного воспитания.

Пренатальная педагогика и консультирование по проблемам беременности и родов.

Психодинамика стадий и линий развития ребенка. Функции игрушки и игровой деятельности в развитии ребенка. Принципы и техники игровой коррекции.

Типичные запросы родителей дошкольника к психологу. Трансформация родительских установок в сфере семейного воспитания как условие эффективности помощи ребенку со стороны родителей и психолога.

Техники работы с отдельными запросами родителей (страхи, ночные кошмары, энурез, аутизм, церебральный паралич, нарушения речевого развития и др.)

Нарушения поведения (агрессивность, проблемы пищевого поведения, «неконтактность» со сверстниками, «медлительность»). Концепция позитивной дисциплины в семейном воспитании. Дефекты контролирующего поведения родителей.

Психологическая помощь детям, пострадавшим от сексуального насилия и жестокости.

Родитель, ребенок и школа: психология взаимодействий.

Страх перед школой у родителей и детей. Его личностные и культурно-исторические источники. Темпы изменений в обществе и школа. Концепция «готовности ребенка к школе» и ее критика. Самоопределение родителей в отношении школьного обучения их детей. Организационные и юридические способы защиты ребенка.

Психодинамика учебно-познавательной деятельности в школьном возрасте.

Три измерения учебного текста. Знание «Положительное» и «отрицательное».

Пять элементов учебной деятельности. Учебное поведение как имитация учебной деятельности. Зрелость учебной деятельности и потребность в самообразовании. Техники поэлементного развития учебной деятельности в условиях школьного обучения. Зарубежные концепции мотивации учения. Методы поддержания дисциплины в классе.

Методы индивидуальной психолого-педагогической помощи ребенку в учебе.

Принципы и организация индивидуальной помощи ребенку в учебе. Три варианта поведения взрослого при познавательной активности ребенка. Передача способа действия как механизм развития мотивации учения. Технологии «шпаргалок» и «спланированных ошибок» при овладении навыками решения примеров и задач.

Саморазвитие и самообразование взрослого.

Типы и психологические проблемы послешкольного образования. Аутодидактические методики для взрослых. Техники развития креативности. Тенденции развития психологической литературы в жанре «Self help». Непрерывное образование и психологические проблемы повышения квалификации и переквалификации.

Психодиагностические технологии в работе с персоналом

Профессиональная психодиагностика как система персонал – технологий.

Роль профессиональной психодиагностики в социально психологическом обеспечении работами с персоналом. Специфика психодиагностических задач в связи с отбором, расстановкой, адаптацией, оценкой персонала, управлением профессиональной карьерой.

Психодиагностические системы, используемые в практике с персоналом.

Проведение психологического обследования персонала.

Организация и процедуры психодиагностического обследования.

Планирование психодиагностического исследования персонала в зависимости от управленческих задач. Особенности использования психодиагностической информации в работе с персоналом.

Составление документации по психологическому обследованию персонала.

Подготовка документации психологического обследования персонала. Подготовка заключений по результатам психологического обследования. Виды заключений. Составление отчетной документации.

Коучинг

Краткое оглавление спецкурса:

- философия и принципы коучинга
- методология и техники индивидуального коучинга
- коучинг групп и организаций
- перспективы и направления развития коучинга

Философия и принципы коучинга

История возникновения коучинга. Философско-теоретические основания коучинга. Основные принципы. Отличия коучинга от других видов помощи людям. Категории клиентов коуча. Самокоучинг.

Методология и техники индивидуального коучинга

Особенности контракта и процесса коучинга. Профессиональная позиция коуча. Виды клиентов и их запросы. Коучинг постановки и реализации целей. Критерии «правильной цели». Цели, ориентированные на результат и на процесс. Коуч-наставничество. Достижение баланса в жизни и деятельности. Коучинг жизненных задач (life-coaching).

Коучинг групп и организации

Системный подход в коучинге. Отличия и сходства организации коучинга различных социальных систем. Коучинг групп и сообществ. Коучинг организации: руководителя, групп менеджеров, начальников подразделений, исполнителей различных уровней. Коучинг команд.

Перспективы и направления развития коучинга

Выделение коучинга как отдельной профессии. Распространение практики коучинга в различных сферах жизни и деятельности. Коучинг семей. Самокоучинг. Коучинг творчества. Коучинг мастерства. Коучинг как философия и практика позитивного мышления человечества.

Тренинг личностного роста

Социальный психолог Курт Левин еще в тридцатых годах говорил, что «легче изменить индивидов, собранных в группу, чем изменить любого из них по отдельности».

Благодаря Левину и его коллегам исследования в малых группах специалистами стали считаться вполне оправданными и заслуживающими доверия.

Тренинг личностного роста особый вид групповой психологической работы.

Группа отражает общество в миниатюре, делает очевидными такие скрытые факторы, как давление партнеров, социальное влияние и конформизм. По сути дела, группа – это модель общества с той же системой взаимоотношений и взаимосвязей. Тренинг личностного роста дает людям проанализировать свое поведение и поведение других людей, увидеть закономерности, не заметные в житейских ситуациях.

Основные параметры межличностных взаимодействий в тренинге:

концентрация на чувствах и переживаниях, осознание самого себя, повышение чувства ответственности, самораскрытие, фокусировка на происходящем в моменте.

Основной акцент в тренинге личностного роста делается на самоисследовании участников группы, поиске ими аутентичности, на искренности и открытости в выражении чувств и переживаний.

Тренинг позволяет заглянуть внутрь себя, соотнести свои действия со своими целями и выбрать направление движения.

Директор Института практической психологии НИУ ВШЭ

Базарова Г.Т.