



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ



Национальная Федерация  
профессиональных  
Менторов и Коучей

Все о коучинге  
Конференция

# «ВСЁ О КОУЧИНГЕ»

Александра Прицкер

Президент Национальной  
федерации профессиональных  
менторов и коучей





# Александра Прицкер

- MCC ICF (высшая квалификация коуча, 3-я в России)
- Глава Кафедры Коучинга Академии Социальных технологий
- Президент АМК «Национальная федерация профессиональных менторов и коучей»
- Founder Международного университета Global Coaching
- Past President ICF Russia Chapter
- Первая в России аккредитовала ICF программы на международном уровне («Недирективный коучинг: активация потенциала» АСТР ICF, «Коучинг в бизнесе» ASCTH ICF, «Менторинг» CCE ICF)
- Председатель жюри общероссийских премий «ТОП-3 Business Executive коучей 2022», «ТОП-3 коучинг в организациях 2022», «ТОП-3 организаций-лидеров менторинга в России 2022»
- Выпускница EMBA 26
- Автор книг «Менторинг: инструкция по применению», «Диалоги на уровне мозга»
- Клиенты: Яндекс, КПМГ, Казатомпром, Miele, Qiwi, Сбер, Почта Банк, ЕБРР, СИБУР, РЖД, Альфа Банк, Райффайзен, Дисней, Pfizer, ПГК и др.





**Миссия НФПМК** - развивать культуру бизнес и executive коучинга и  
менторинга (развивающего наставничества) в России для развития  
современных руководителей и организаций.



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ



Национальная Федерация  
профессиональных  
**Менторов и Коучей**

**Все о коучинге**  
Конференция



**35+ КАФЕДР**  
**350+ ЭКСПЕРТОВ**  
**3000+ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ**



Полезные сервисы, позволяющие экспертам проводить мероприятия различного уровня, взаимодействовать, развиваться и продвигать свои услуги на рынке, а клиентам – находить профессионалов для решения своих задач.

Присоединяйтесь к Академии!



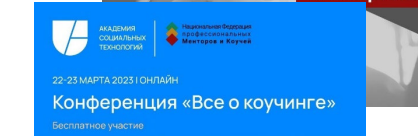
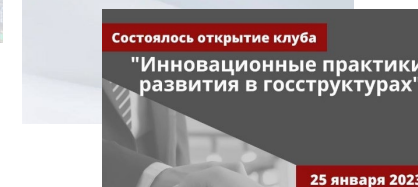
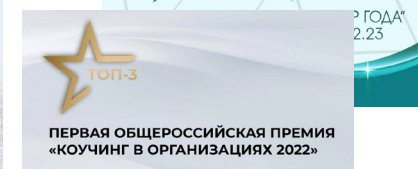
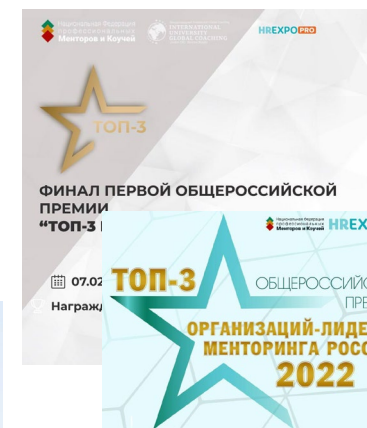
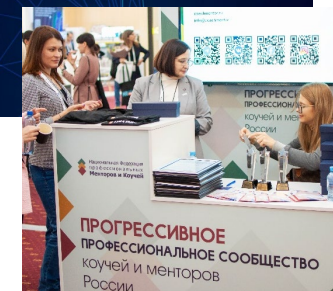
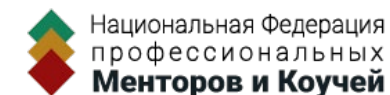


## Цель Национальной федерации

- ✓ В популяризации философии и стандартов коучинга, менторинга, супервизии в сфере бизнеса, государственного управления территории России.
- ✓ В популяризации недирективного, вовлекающего стиля управления.
- ✓ В разработке и продвижении профессиональных стандартов для обучения коучингу и менторингу на основе международной практики.
- ✓ В знакомстве бизнес-сообщества России с профессиональными коучами и менторами для дальнейшего сотрудничества.
- ✓ В защите потребителя коучинговых услуг через сертификацию обучающих программ, базой для которых служат коучинговые компетенции, разработанные на основе представлений о коучинге в международных сообществах.
- ✓ В защите потребителя коучинговых, менторинговых услуг через этические принципы профессии – этический кодекс профессионала - члена федерации.

# Ключевые проекты Федерации 2023

1. Инструменты развивающего наставничества и управления сотрудниками и командами для повышения эффективности государственной организации
2. Коммуникации, репутация и управление карьерой в госсекторе
3. Премия «ТОП-3 Business Executive коучей 2022»  
Премия «ТОП-3 Коучинг в организациях России 2022»  
Премия «ТОП-3 организаций-лидеров менторинга в России»
4. Глобальные тренды в Executive- и Business коучинге
5. Всероссийская неделя коучинга
6. Moscow coaching conference
7. Сертифицированная программа «Эмоциональный интеллект»
8. HR-клуб
9. Business & Executive Coaching – 4 сезона





# Определение коучинга

**Коучинг - процесс взаимодействия коуча и клиента, основанный на партнерстве, взаимном уважении и признании способности человека найти наилучшее решение.**

**Основная цель коучинга:**

- **помочь клиенту раскрыть свой потенциал,**
- **преодолеть внутренние препятствия,**
- **достичь желаемых целей,**
- **реализовать изменения, которые выведут его личную жизнь, карьеру, бизнес на значимо новый уровень.**



# Актуальность коучинга в бизнесе

- ✓ Усилилась уверенность и развиты навыки управления организационными изменениями
- ✓ Развиты навыки управления конфликтами, стрессом, гневом
- ✓ Сформирована способность задавать продвигающие вопросы, которые воодушевляют и мотивируют сотрудников
- ✓ Усилены управленческие навыки (целеполагание, планирование и контроль, мотивация сотрудников, проведение совещаний, обучение, делегирование, подбор кадров и др.)
- ✓ Преодолены личных ограничений, мешающих развитию отношений и достижению стратегических бизнес-результатов
- ✓ Сформировано представление о собственном управленческом стиле и его влиянии на сотрудников и выработана стратегия управления в различных ситуациях
- ✓ Получена поддержка в преодолении значимых личных и профессиональных неудач, влияющих на мотивацию и приверженность корпоративным интересам



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ



Национальная Федерация  
профессиональных  
Менторов и Коучей





# Актуальность коучинга в жизни



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ



Национальная Федерация  
профессиональных  
Менторов и Коучей

- ✓ Улучшилось качество отношений с людьми
- ✓ Сильнее развились способности критического мышления
- ✓ Повысилась самооценка, усилилась уверенность в себе
- ✓ Появилась большая осознанность в представлении своих идей
- ✓ Качественно изменилось мышление и подход к реализации изменений
- ✓ Улучшились коммуникативные навыки
- ✓ Улучшилось умение управления временем
- ✓ Формируется лучший баланс между работой и личной жизнью
- ✓ Развивается большая устойчивость к стрессу





# Как выбрать школу коучинга

- 1. Аккредитация.** Школа имеет аккредитацию в профсообществе и соответствует необходимым стандартам.
- 2. Отзывы о школе.** Не стесняйтесь звонить или писать в школы. Хорошая школа должна быть рада ответить на любые ваши вопросы или проблемы.
- 3. Понятные программы.** Есть вполне зарекомендовавшие себя школы, у них понятные программы. Они могут сильно отличаться между собой, иметь разные акценты и постоянно конкурировать друг с другом, но это хорошие школы обучения коучингу.
- 4. Поддержка студентов.**
- 5. Много практики.** Должно быть много возможностей опробовать то, чему вас научили, до окончания обучения.
- 6. Помощь в продвижении.** Школа должна помочь вам в том, как продвигать себя, как находить клиентов и как развивать свой бизнес.



[coachmentor.ru](http://coachmentor.ru)



# Как выбрать коуча

**1. Где коуч учился.** Важно, чтобы его учебное заведение соответствовало определённым стандартам. Это требование связано с тем, что школ коучинга много, клиенты в них не разбираются. Одним словом, неизвестно, чему в этих школах учат.

Мы в Национальной федерации профессиональных менторов и коучей, ввели требование к уровню владения коучинговыми компетенциями для индивидуального членства.

- Обучение коуча проходило по программам, разработанным в Корпоративных университетах российских и международных организаций.
- Программа, по которой обучался коуч, аккредитована в международных федерациях коучинга и менторинга ICF, EMCC, AC, ICA IAS, ICI.
- Обучение коуча проходило по программе дополнительного образования в таких учебных заведениях, как: ВШЭ, МГУ, Сколково, РАНХиГС, РУДН, РwC, ЕУ, IATCL.

Есть вполне зарекомендовавшие себя школы, у них понятные программы. Они могут сильно отличаться между собой, иметь разные акценты и постоянно конкурировать друг с другом, но это хорошие школы обучения коучингу.



# Как выбрать коуча

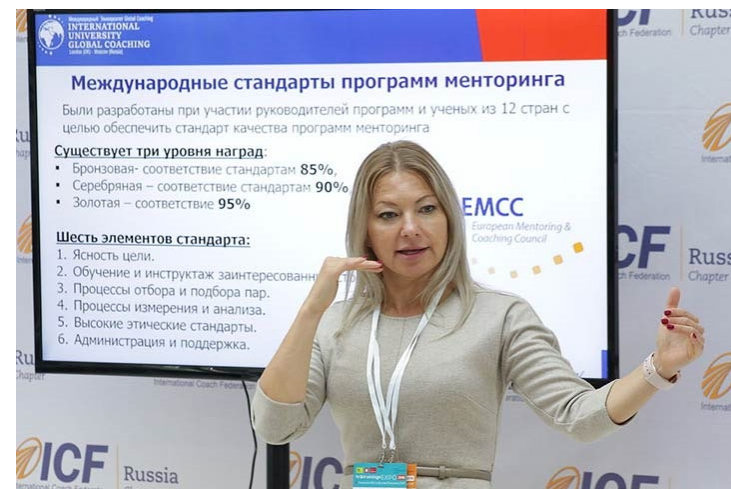
- 2. Когда коуч учился.** Моя рекомендация такая: если коуч только что отучился, значит, перед вами новичок. И это неплохо, поскольку его услуги могут быть дешевле. Однако, понятно, что опыт у него совсем небольшой.
- 3. Где и с кем работает.** Если коуч учился 15-8 лет назад, то желательно узнать, практиковал ли он. Если вы являетесь руководителем и, как клиент, представляете бизнес- executive коучинг, то важно, чтобы коуч назвал и подтвердил, с какими организациями он работал за эти годы. Бывает так, что коуч учился 10-15 лет назад, но реальной практики у него было немного.
- 4. Количество сессий в месяц.**
- 5. Количество «лётных» часов.** Сколько всего часов практики (проверить эту информацию на сайте коуча).
- 6. К какой федерации принадлежит коуч.** Это условие часто оценивается в заграничной практике, опять же потому что коучей очень много. Профессиональный коуч, который готов нести ответственность за свои действия, обычно является членом профессиональной федерации или ассоциации.



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ



Национальная Федерация  
профессиональных  
Менторов и Коучей



# Как выбрать коуча

- 7. Специализация коуча.** Коучи очень отличаются. Специализация – это признак того, что человек не только как коуч хорошо умеет работать, но и отлично знает эту тему, ее проблемы, в курсе последних научных разработок, книг, статей и т.п., то есть он погружен в эту тему.
- 8. Социальная жизнь.** Посмотреть коуча в социальных сетях, его сайт.
- 9. Участие в премии.** Неплохой рекомендацией будет, если коуч участвовал в Премии НФПМК и, например, вышел в финал. Это означает, что он делал свою коуч-сессию и показывал ее перед, как минимум, 200-300 аудиторией. И профессиональное жюри, в которое входят очень достойные и уважаемые в профсообществе люди (обычно это HRD или лидеры рынка), смотрели и оценивали его коуч-сессию. То есть коуч прекрасно показал свою живую спонтанную работу, где неизвестно, как она будет проходить перед всеми этими людьми.
- 10. Личная встреча.** Вы посмотрели каталог коучей и выбрали троих, кто вам больше понравился. Следующий шаг – встретиться с ними. На встрече вы будете задавать все те вопросы, которые я описала выше.



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ



Национальная Федерация  
профессиональных  
Менторов и Коучей



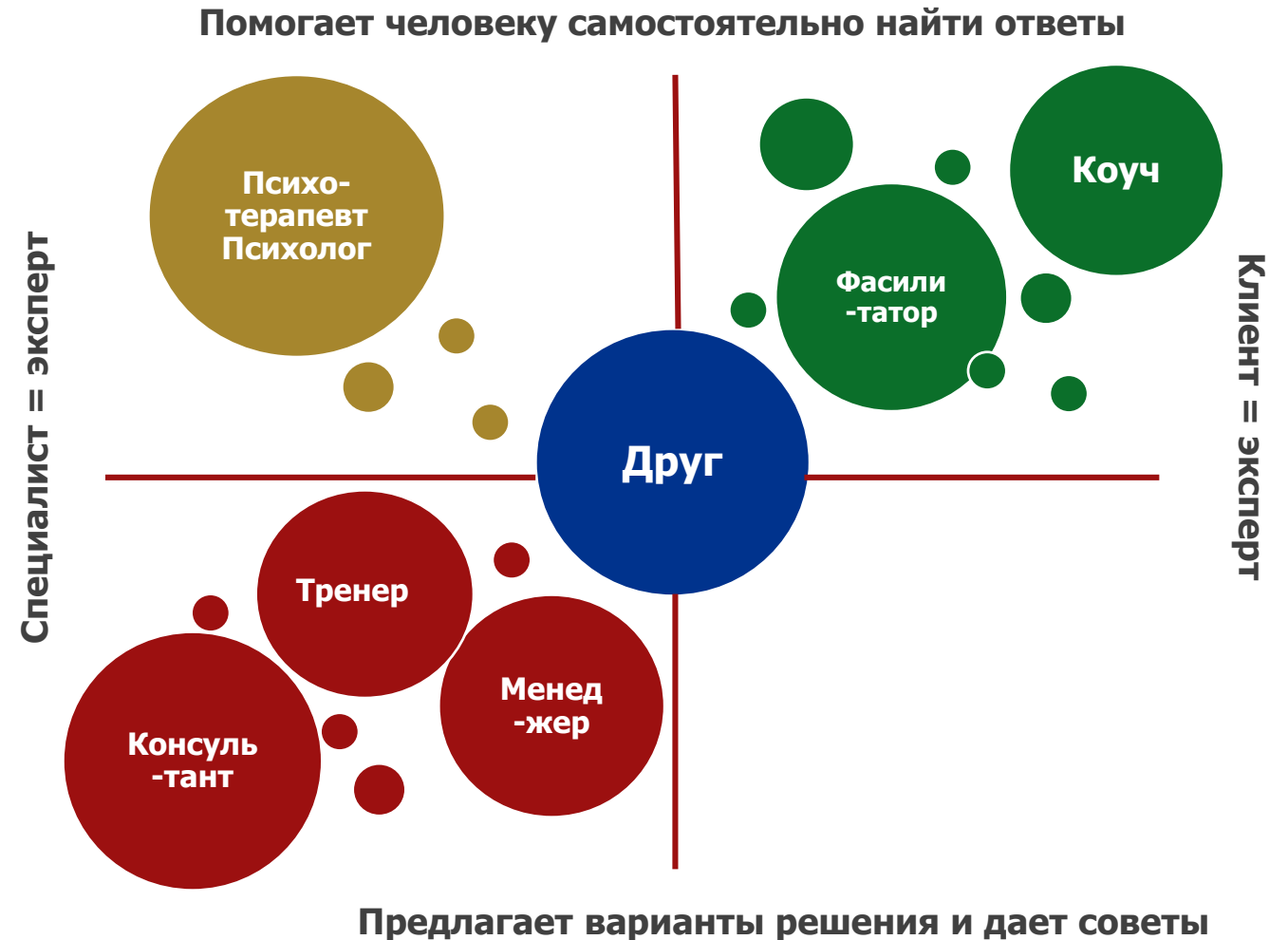


# Отличие коучинга от других помогающих профессий

**Каждый специалист характеризуется:**

1. Внутренней позицией (мета-позицией) в отношении клиента
2. Набором профессиональных компетенций

**Внутренняя позиция специалиста ВСЕГДА проявляется в поведении и речи**





# Как не попасть на инфоцыганей

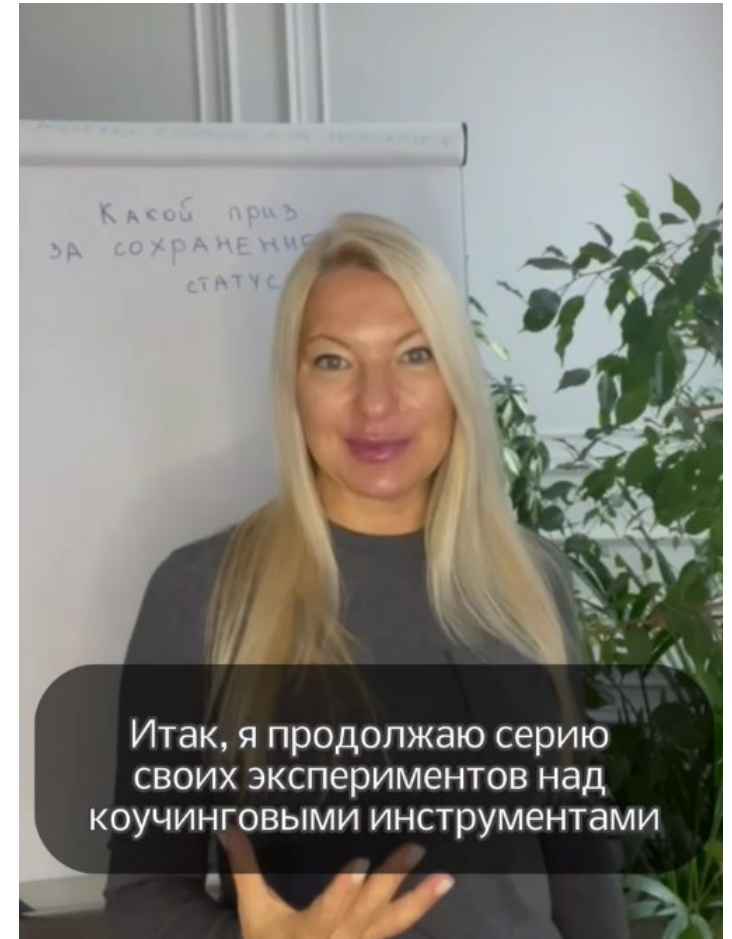
1. Отсутствие квалификации, сертификации, этики.
2. Отсутствие понятного содержания. Дорогие курсы в красивой обертке, которые ничему не учат.
3. Агрессивный маркетинг. Без их продукта в жизни клиента ничего не наладится.
4. Подмена понятий (когда под маркой «коучинга» продают консалтинг или даже эзотерические практики) или просто используют слово «коуч/коучинг» как нечто трендовое.
5. Сомнительные продукты («медитации на деньги», «запуск в космос волшебных фонарей с посланиями вселенной» и т.п.)
6. Давят на боли, но не помогают их лечить.





# Примеры задач, в которых персональный коучинг эффективен:

- ✓ Повышение эффективности менеджмента компании
- ✓ Развитие лидерских компетенций руководителя
- ✓ Развитие коммуникативных навыков руководителя
- ✓ Поддержать руководителя при вступлении в новую должность или расширении функциональных обязанностей
- ✓ Поддержать ключевых сотрудников на этапе изменений в компании или реализации новых проектов
- ✓ Наладить коммуникации в организации
- ✓ Создать индивидуальный план развития лидера
- ✓ Повысить самомотивацию руководителя, сотрудников

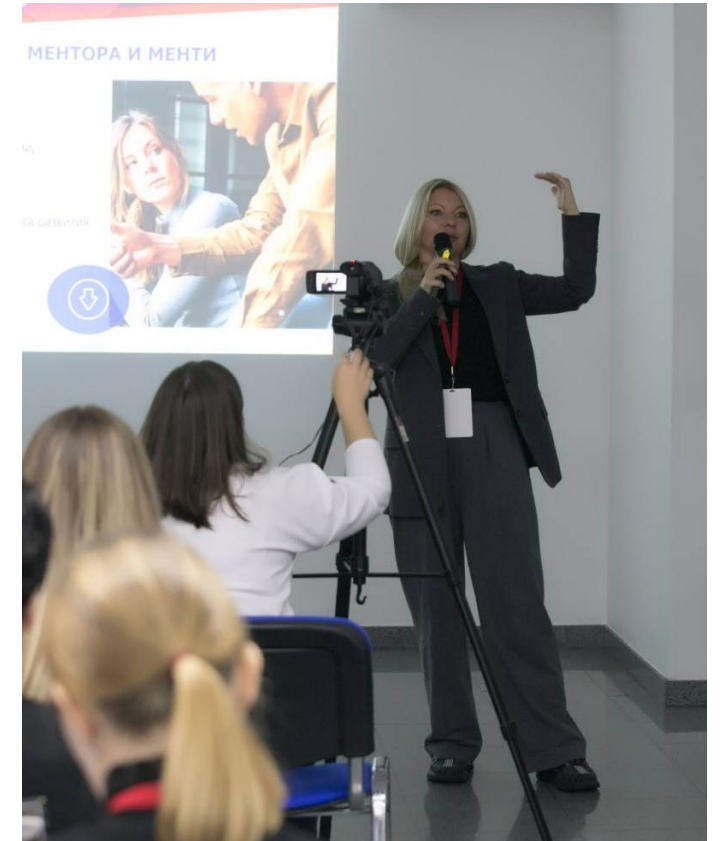






# Примеры запросов на коучинговый контракт

- ✓ **Видеть себя более осознанно.** Точное самосознание в лидерах тесно связано с организационной эффективностью и прибыльностью.
- ✓ **Встроить новые способы реагирования.** Маршал Голдсмит, пожалуй, самый известный Executive коуч в USA, написал книгу под названием «То, что привело вас сюда, не приведет вас туда».
- ✓ **Осознание и использование существующих сильных сторон.**
- ✓ **Переход на новую, более старшую должность** и хотел бы получить поддержку в этот критически важный момент.
- ✓ **Навыки влияния или общения.**
- ✓ **Тайм-менеджмент и промедление.**
- ✓ **Видеть других более четко.** Лидеры сталкиваются с проблемами из-за их неточной оценки окружающих.
- ✓ **Строить более продуктивные отношения.** Лидеры могут резко ограничить свою эффективность, только желая или имея возможность строить прочные отношения с определенными типами людей.
- ✓ **Лучше понять свои цели и мечты, а также то, что способен сделать для их достижения.**
- ✓ **Нахождение решений для конкретных организационных стратегических целей,** к которым стремится организация.
- ✓ **Управление заинтересованными сторонами.**
- ✓ **Принимать жесткие решения, а не сентиментальные.**





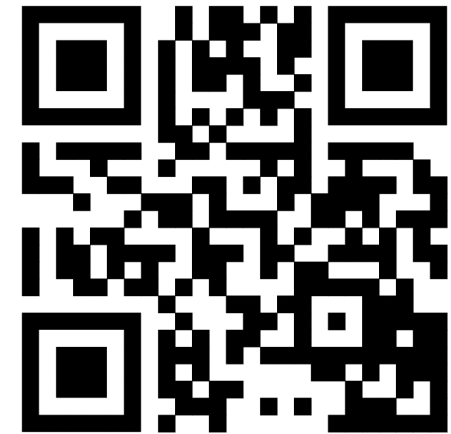
АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ



Национальная Федерация  
профессиональных  
**Менторов и Коучей**

# Бесплатная программа «Коуч. Старт в профессию»

- ✓ Узнаете, что такое коучинг и какой доход у профессионального коуча
- ✓ Поймете какие качества нужны востребованному коучу и как они развиты у вас
- ✓ Освоите практические инструменты коучинга и примените их для постановки своих целей
- ✓ Ответите себе на вопрос, насколько вы хотите получить профессию коуча
- ✓ Составить план своего развития в профессиональном коучинге
- ✓ Увидите, как работает коуч и сами сможете стать клиентом сертифицированного коуча



[coachuniver.ru](http://coachuniver.ru)



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ



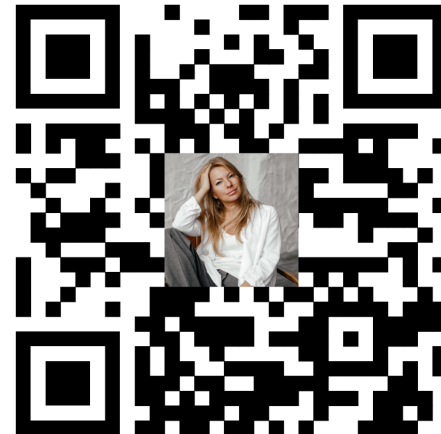
Национальная Федерация  
профессиональных  
**Менторов и Коучей**

# КОНТАКТЫ ФЕДЕРАЦИИ

[coachmentor.ru](http://coachmentor.ru)

[info@coachmentor](mailto:info@coachmentor.ru)

[t.me/aleksandrpritsker](https://t.me/aleksandrpritsker)





# ЧЛЕНСТВО В ФЕДЕРАЦИИ

## После вступления членам доступно на сайте Федерации:

- Личный кабинет
- Размещение информации о себе в КАТАЛОГЕ профессиональных коучей/менторов
- БИБЛИОТЕКА с записями мероприятий Федерации (записи с 01 марта текущего членского года)

## ПОДАТЬ ЗАЯВКУ НА ЧЛЕНСТВО В ФЕДЕРАЦИИ

