



Коучинг (в организации) — 2024

АНТОНОВА Наталья Викторовна

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия

Аннотация. 24-26 мая 2024 года в Санкт-Петербурге состоялся Юбилейный X СВТ Forum Ассоциации когнитивно-поведенческой психотерапии (КПП) — наиболее значимое ежегодное событие в сфере психотерапии и коучинга в России, которое собирает большое количество специалистов в области когнитивно-поведенческой психотерапии не только из России, но и из других стран. В этом году совпали два юбилея: 25-летие создания российской Ассоциации КПП и 10-летие Международного форума Ассоциации КПП СВТ FORUM. В программе форума представлена и секция «Коучинг», работой которой руководила автор статьи.

Ключевые слова: конференции; коучинг в организации; когнитивно-поведенческая психотерапия.

О секции «Коучинг»

Уже третий год подряд в рамках форума проводится заседание секции «Коучинг». Члены секции развивают когнитивно-поведенческий коучинг — научно обоснованный подход в коучинге, основанный на экспериментальных данных о его эффективности. Секцией руководят сотрудники департамента психологии Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ) и преподаватели образовательной программы дополнительного профессионального образования факультета социальных наук (ДПО ФСН НИУ ВШЭ) «Коучинг в организации»: руководителем секции является Алексей Ёжиков, членами экспертного совета секции — кандидат психологических наук доцент департамента психологии Наталья Антонова и кандидат психологических наук доцент департамента психологии Елена Наумцева.

Н. В. Антонова и Е. А. Наумцева развивают научно обоснованный коучинг на базе когнитивно-поведенческого подхода с 2020 года. Именно этот подход востребован в организациях, так как даёт возможность оценить результативность применения коучинга и эффективность финансовых вложений в развитие коучинга в организациях.

Научно обоснованный (*evidence-based*) подход возник в медицине в 1992 году, но сейчас применяется практически во всех областях деятельности: образовании, психотерапии, менеджменте и так далее. Научно обоснованный подход подразумевает опору на научные данные при принятии решения о применении того или иного метода или техники.

В случае с коучингом применение научно обоснованного подхода включает два основных момента: 1) опору на уже проведённые исследования при выборе метода в данной конкретной ситуации. В рамках психологии коучинга (*coaching psychology*), то есть науки, которая развива-

ется с 2000 года, проведено немало доказательных исследований эффективности коучинга, в том числе на случайных выборках с применением контрольной группы;

2) проведение собственных исследований при разработке новых моделей или программ коучинга.

В ходе обучения на образовательной программе «Коучинг в организации» ДПО ФСН НИУ ВШЭ слушатели обучаются проводить такие проекты в организациях в ходе практики, включённой в курс обучения. Такой проект обычно включает следующие этапы: 1) получение и прояснение запроса, выбор целевых переменных; 2) оценка исходной ситуации и проведение организационной диагностики; 3) планирование и проведение программы коучинга; 4) итоговая оценка переменных; 5) оценка сдвига и подготовка отчёта для руководства. Когнитивно-поведенческий подход позволяет разрабатывать строгие протоколы сессий, вследствие чего именно данный подход наиболее часто используется в доказательных исследованиях коучинга.

Работа секции

В этом году в работе секции «Коучинг» в рамках СВТ Forum 2024 приняли участие не только преподаватели, но и слушатели курса «Коучинг в организации», которые представили свои проекты, выполненные в научно обоснованном подходе. В рамках научной части работы секции выступили преподаватели курса Наталья Антонова, Алексей Ёжиков, а также слушатель курса «Коучинг в организации» и преподаватель Нижегородского кампуса НИУ ВШЭ Юлия Платонова.

Наталья Антонова представила доклад о применении интегративного КПК для повышения психологического благополучия сотрудников, а также привела основные положения evidence-based подхода.

Доклад **Алексея Ёжикова** был посвящён описанию подхода КПК-С (системного когнитивно-поведенческого коучинга), который он разрабатывает в течение нескольких лет совместно с президентом АКПП, кандидатом медицинских наук Дмитрием Ковпаком.

Слушатель курса «Коучинг в организации» кандидат философских наук доцент кафедры венчурного менеджмента Нижегородского кампуса НИУ ВШЭ **Юлия Платонова** рассказала о своём проекте применения КПК для развития навыков самонаправленного обучения. Юлия Платонова совместно с Натальей Антоновой реализуют проект по применению коучинга для развития самонаправленного обучения в рамках Стратегического проекта НИУ ВШЭ «Успех и самостоятельность человека в меняющемся мире». Самонаправленное обучение актуально для организаций в плане формирования индивидуальных треков обучения и развития сотрудников и развития самообучающейся организации.

Во втором блоке работы секции были представлены доклады, посвящённые практическому применению когнитивно-поведенческого коучинга в организациях.

Аспирантка Аспирантской школы «Психология» НИУ ВШЭ **Евгения Федулова** представила результаты своей работы по развитию субъектности с применением КПК.

Слушатель программы «Коучинг в организации» **Линда Боровцова** рассказала о применении КПК для работы с прокрастинацией, слушатель той же программы **Елизавета Гречнева** представила свой проект «КПК в работе с синдромом выгорания».

Впечатления участников

Линда Боровцова, слушатель программы «Коучинг в организации», бизнес-коуч руководителей и предпринимателей, коуч РСС ICF, коуч-эксперт ФПКиН, поделилась своими впечатлениями об участии в форуме: «Посещение Юбилейного КПП-Форума стало для меня значимым событием. Подготовка и презентация научного доклада, участие в секции когни-

тивно-поведенческого коучинга, выступления коллег, общение в тесном кругу единомышленников, обмен мнениями и построение планов — всё это, безусловно, станет весомым вкладом в профессиональное развитие каждого участника».

Елизавета Гречнева, слушатель программы «Коучинг в организации», когнитивно-поведенческий терапевт и коуч: «В мае второй раз посетила СВТ Fogum, первый раз год назад приезжала специально ради секции КПК. И это мероприятие очень сильно повлияло на мой профессиональный путь, я поступила на программу «Коучинг в организации» в ВШЭ и очень этому рада! В этом году секция была больше, и это тоже очень радует! Интересные доклады на актуальные темы, демо-сессии, информация о научном обосновании и практическом применении. Открытое общение с руководителями секции и спикерами на разные темы, обмен опытом. А ещё прекрасная возможность для профессионального развития и сотрудничества».

Итоги

По результатам форума можно сделать вывод о том, что применение коучинга в организациях способствует повышению психологического благополучия и жизнестойкости сотрудников, а также повышению их производительности. Коучинг может применяться для решения многих проблем в организации, таких как выгорание сотрудников, текучесть кадров, конфликты в команде и многих других.

Приглашение

Познакомиться с научно обоснованным коучингом, научиться проводить научно обоснованные проекты с практикой в реальных организациях можно, поступив на [Образовательную программу профессиональной переподготовки факультета социальных наук НИУ ВШЭ «Коучинг в организации»](#).



ORGANIZATIONAL PSYCHOLOGY

Coaching (in organization) — 2024

Natalya ANTONOVA

National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia

Abstract. On May 24-26, 2024, the Anniversary X CBT Forum of the Association of Cognitive Behavioral Psychotherapy (CBT) took place in St. Petersburg — the most significant annual event in the field of psychotherapy and coaching in Russia, which brings together a large number of specialists in the field of cognitive behavioral psychotherapy not only from Russia, but also from other countries. This year two anniversaries coincided: the 25th anniversary of the creation of the Russian CBT Association and the 10th anniversary of the International Forum of the CBT FORUM Association. The forum program also includes a “Coaching” section, the work of which was led by the author of the article.

Key words: conferences; coaching in the organization; cognitive behavioral psychotherapy.