АССОЦИАЦИЯ РУССКОЯЗЫЧНЫХ КОУЧЕЙ (АРК)

КОУЧИНГ:

МЕТОДОЛОГИЯ, НАУЧНЫЕ ОСНОВЫ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ЭТИКА

СБОРНИК СТАТЕЙ, ДОКЛАДОВ И ВЫСТУПЛЕНИЙ

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ
14 НОЯБРЯ 2020 ГОДА

ЗНАНИЕ-М
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва
2020

УДК 159.99 (063)
ББК 88.4
К55

Организационный комитет конференции:

Королихин А. В., председатель правления АРК.

Вострухина Н. В., член правления АРК, руководитель комитета ДПО и комитета аккредитации образовательных программ АРК.

Валиуллина Л. М, член комитета по профессиональной этике АРК.

К55 **Коучинг: методология, научные основы и профессиональная этика:** сборник докладов, статей, текстов выступлений участников Научно-практической онлайн-конференции Ассоциации русскоязычных коучей, 14 ноября 2020 г. / отв. за вып. Л. М. Валиуллина, Н. В. Вострухина. Москва: Знание-М, 2020. — 146 с.

ISBN 978-5-907345-57-7

Сборник предназначен для коучей, супервизоров, коуч-компетентных специалистов, руководителей, студентов, научных работников и тех, кто интересуется коучингом.

В сборник включены статьи и тексты докладов, подготовленных к Научно-практической онлайн-конференции «КОУЧИНГ: методология, научные основы и профессиональная этика», 14 ноября 2020 г.

УДК 159.99 (063)
ББК 88.4

ISBN 978-5-907345-57-7
© Ассоциация русскоязычных коучей (АРК), 2020
© Издательство «Знание-М», 2020

Содержание

Предисловие 5

ЧАСТЬ 1.
НАУЧНЫЕ ОСНОВЫ И МЕТОДОЛОГИЯ КОУЧИНГА

КОУЧИНГ: БАЗОВЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ 8
Валиуллина Л. М.

ФИЛОСОФИЯ СОКРАТА И ПРАКТИКА КОУЧИНГА 19
Валиуллина Л. М.

МЕТОДОЛОГИЯ КОУЧИНГА — ВЛИЯНИЕ НА НЕЙРОБИОЛОГИЮ МОЗГА И СВЯЗЬ С КВАНТОВОЙ ФИЗИКОЙ 35
Васина Н. Е.

КОУЧИНГ КАК НАУЧНОЕ ЗНАНИЕ: ОБЗОР АКТУАЛЬНЫХ ПРОБЛЕМ 45
Вострухина Н. В.

ПРОБЛЕМЫ МЕТОДОЛОГИИ КОУЧИНГА. РЕЧЬ КАК МЕТОД: СПЕЦИФИКА, ОСОБЕННОСТИ 50
Вострухина Н. В.

МЕТОДОЛОГИЯ КОУЧИНГА: БАЗОВЫЕ ПОНЯТИЯ И ИДЕИ 54
Гузеев Д. Н.

ЭТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КОУЧИНГА 59
Гузеев Д. Н.

НАСЛЕДИЕ ВЫГОТСКОГО И ОСНОВЫ КОУЧИНГА. ЗОНА БЛИЖАЙШЕГО РАЗВИТИЯ 63
Кларин М. В.

МЕТОДОЛОГИЯ КОУЧИНГА И ЕГО СИСТЕМНАЯ РОЛЬ В ПОЛЕ ПОМОЩИ И РАЗВИТИЯ..... 69
Королихин А. В.

РОЛЬ МЫШЛЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ АВТОРСТВА ЖИЗНИ В КОУЧИНГЕ..... 82
Корчагина Е. Ю.

«РУССКАЯ ИДЕЯ» И АВТОРСТВО ЖИЗНИ В КОУЧИНГЕ 90
Корчагина Е. Ю.

ЧАСТЬ 2
МЕТОДЫ, ТЕХНИКИ, ИНСТРУМЕНТЫ В КОУЧИНГЕ

НАУЧНЫЕ ОСНОВАНИЯ ПРИМЕНЕНИЯ КОУЧИНГА В РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ 96
Грицик О. А.

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЙ КОУЧИНГ — ОБОСНОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТА, УМЕСТНОСТЬ И ПРЕДПОСЫЛКИ ПРИМЕНЕНИЯ 104
Иванова З. А., Сандомирский М. Е.

ЧАСТЬ 3
ДИАЛОГИ АРК

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ В КОУЧИНГЕ 112
Вострухина Н. В., Королихин А. В.

КОСМИЧЕСКИЙ ЧЕЛОВЕК: ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОСМЫСЛЕНИЕ ОПЫТА И ЭТИКА ДОЛГОЖИТЕЛЯ В КОУЧИНГЕ..... 125
Вострухина Н. В., Пронин М. А.

Предисловие

Глобальный кризис в экономике, крайнее обострение экологической ситуации в мире требуют от современного человека иного качества мышления при поиске решений как в управлении большими процессами, так и личными. При этом все больше возрастают роль и влияние отдельного человека на глобальные системные процессы. Способность принимать взвешенные решения на основе учета и качественного анализа информации все больше становится главным фактором, влияющим на вектор изменений как в отдельных организациях, сообществах, так и в мире в целом.

В связи с этим особо важными становятся технологии, призванные помочь качественному анализу ситуации, постановке верных целей и задач и принятию эффективных решений. В этом смысле коучинг является современным подходом, который включает при работе с человеком или организацией все перечисленные выше задачи через делегирование ответственности самому человеку за принятые им решения. Четкое разделение ответственности между коучем и его клиентом, в котором коуч отвечает за организацию и качество процесса движения клиента к решению, требует особого соблюдения вопросов этики взаимоотношений и четкое следование методологии.

Наша конференция призвана привлечь внимание русскоязычного сообщества коучей к обсуждению тем этики и методологии коучинга и объединить усилия профессионалов в вопросах системного изучения общих проблем и перспектив развития профессии.

Материалы, представленные в сборнике, будут интересны как профессиональным коучам, коуч-компетентным специалистам, так и преподавателям коучинга и научным работникам.

Андрей Королихин

ЧАСТЬ 1

НАУЧНЫЕ ОСНОВЫ И МЕТОДОЛОГИЯ КОУЧИНГА

КОУЧИНГ: БАЗОВЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ

Валиуллина Лилия Мажитовна
член комитета по профессиональной этике АРК,
супервизор АРК
E-mail: valiullinaliliya.m@gmail.com

DOI: 10.38006/907345-57-7.8.18

Аннотация: *в работе исследована взаимосвязь между философией Сократа и принципами Внутренней игры Тимоти Голви, сформулированы универсальные предпосылки коучинга и с учетом этого предложено уточненное определение коучинга.*

Ключевые слова: *коучинг, методология, философия, внутренняя игра, познание, мышление, способность обучаться, диалог, самореализация.*

Введение

В нашу эпоху появились профессии, связанные с помощью в саморазвитии, самопознании и выстраивании эффективных человеческих отношений как с близкими, так и в бизнес-командах. Среди них особое место занимает коучинг, который включает сопровождение и помощь для желаемых изменений в личной жизни, используется в образовании, а также в сопровождении бизнес-процессов. Сама профессия коуча еще в процессе самого начала становления и осознавания глубинных основ и корней, осмысления собственной методологии, отличающей ее от смежных профессий. Коучинг — это, прежде всего, профессиональная деятельность, связанная с самореализацией, она направлена на получение субъективно нового внутреннего знания и одновременно объективно новых изменений в жизни. И, конечно, такого рода продуктивная деятельность нуждается в обосновании и методологии.

Практическая методология коучинга, как технология самого процесса практической деятельности коуча, достаточно проработана и содержит различные методики и техники, арсенал которых постоянно пополняется, хотя сама теоретико-методологическая база использования тех или иных инструментов мало изучена.

В работах как зарубежных авторов, так и отечественных ученых, исследовавших особенности познавательной деятельности и мышления, можно обнаружить достаточно глубокие обоснования того, что происходит в процессе практики коучинга, но еще недостаточно исследований в этой области.

Методология теоретико-философских основ коучинга достаточно размыта, к истокам коучинга относят сократовскую майевтику, находят основы коучинга в гуманистических направлениях психологии и психотерапии. Сложность заключается в том, что коучинг — это еще и особая философия взаимоотношений людей в процессе поиска истинного знания, верного жизненного выбора, осуществления самореализации. Основной же источник, запустивший импульс к созданию коучинга как практического метода,— это метафора *Внутренней игры* Тимоти Голви, которая является методологической основой практической деятельности коуча.

Сами глубинные философские основы, универсальные законы, которые описывают феномен коучинга, еще недостаточно изучены. Философия Сократа — один из источников, в котором просматривается много параллелей с коучинговым процессом, и их стоит рассмотреть глубже. Важно изучить эти параллели для уточнения базовых методологических основ коучинга и уточнения формулировки определения коучинга.

1. Базовые предпосылки коучинга

Если начать с прояснения базовых понятий, то *методология* буквально означает учение о способах, путях познания и исследования чего-либо, и, по сути, в самом своем простом представлении это *способ достижения цели* в соответствии с психологической схемой деятельности: «цель — мотив — способ — результат», и если говорить еще проще, то «методология — это *учение об организации деятельности*» [7].

Логично предположить, что изначально методология в истории развития человечества касалась практичных вещей, а размышления о мотивах и способах достижения цели возникли позже. Постепенно по мере развития человеческого сознания происходила дифференциация самих размышлений о мотивах и способах достижения цели и выборах подходящего варианта, и отдельно формировалась методология самих практических инструментов достижения желаемого результата.

Таким образом, больше и больше происходило разделение методологии на теоретическую и практическую, при этом возникло и разделение того, кто и чем

занимается. Например, в условиях классового общества цель задавалась представителям некоторых слоев общества как бы «извне», или «сверху»: например, люди умственного труда задавали цели, задачи и «метод», а «трудящиеся» осуществляли достижение поставленных задач и достижение результата в соответствии с «методом» [7].

В процессе развития больше внимания стало уделяться теоретическим обоснованиям и постепенно начала выделяться методология как интеллектуальная научная деятельность, произошел своеобразный разрыв в цепочке психологической схемы деятельности: дискурс «цель — мотив» становится областью в большей степени теоретических научных исследований, а «способ — результат» — фокусом внимания методологии практической деятельности.

В период античной философии теоретические размышления выделяются в самостоятельную область философствования, делая самого человека и вопросы нравственности главным центром внимания. Сократ совершает своеобразный поворот, поставив в центр теоретического познания не только вопросы этики и самого человека, способного самостоятельно «родить истину», но и показывает при этом роль и значение другого рядом, указав на особый род взаимодействия с «мудрецом», у которого нет ответа, но он обладает способностью сопровождать таким образом, что человек сам различает «ложное» и «истинное»:

«Сократ из мальчика выуживает знание теоремы Пифагора как уже существующее в нем, но просто мальчика нужно как бы встряхнуть, чтобы слой знания, неизвестный ему самому, поднялся и вошел в камеру сознания этого мальчика. Так описывается процесс познания» [5].

Тимоти Голви, спортивный тренер, в 20 веке, наблюдая за игрой в теннис, заново открыл «правила», продемонстрированные великим философом тысячелетия назад, дав впоследствии импульс к рождению коучинга как отдельного вида профессиональной деятельности [1]. Заслуга Голви в том, что он обратил внимание на механизм *естественного обучения и способность человека самостоятельно узнавать без особых усилий*, как «надо действовать в конкретном моменте». Известный бизнес-тренер показал, что эта способность раскрывается, когда «перестаешь стараться» и ждать решения извне. Задача *Внутренней игры* — научиться доверять своей прирожденной естественной сути.

Наблюдения Голви и интуитивные прозрения Сократа о врожденной познавательной способности подтверждаются открытиями У. Матураны и Ф. Варелы,

которые утверждают: «*Живые системы — это когнитивные системы, а жизнь как процесс представляет собой процесс познания*» [13].

А на то, что познание — это совместный системный процесс, в котором значимую роль играет окружение, указывает феномен «коэволюции», раскрывающий, что «эволюция одного вида направляет и подталкивает эволюцию другого» [12].

Сократом раскрывается проявление некоего универсального закона, высказанного еще Протагором: «ничто не существует само по себе одно». Подтверждения дает сегодня квантовая механика, которая оперирует термином «глобального информационного поля»: *«Материальный (классический) мир сопровождается глобальным информационным полем на всех уровнях»* [11].

Из изложенного вытекает следствие: несмотря на то, что «истина рождается в собственной голове», **рождение истинного знания опирается не на частные понятия, а на общие универсальные законы, которые связывают вещи.**

Именно у Сократа впервые в западной философии появляется представление о процессе познания как особой деятельности, которую можно было бы связать с мышлением. Но это не так называемое логическое мышление, а, как сказал позже Платон в «Государстве», такое, когда «повернуты глаза души», которое М. Мамардашвили раскрывает следующим образом:

«…то есть наши глаза, реальные глаза смотрят на то же самое, они те же самые, что у всех, но можно увидеть нечто, не обходя вокруг предмета и не глядя на него реальными глазами, а повернув глаза души» [5].

Попытка особо выделить деятельность мышления как «мыследеятельность» (МД) была сделана российским ученым Г. П. Щедровицким в 1980 г. МД была сформулирована так: «*комплекс интеллектуальных и коммуникативных процессов, включенных в контексте организованной коллективной деятельности»* [6]. Это понятие им же впоследствии было отвергнуто как «продуктивная ошибка», как *«редукция более сложной реальности, которую можно было бы назвать «МыслеДеятельностной реальностью»* [14].

П. Г. Щедровицкий пишет о работе Московского методологического кружка, в рамках которого родилась и развивалась концепция *мыследеятельности*:

«*Глядя на эту работу из сегодняшнего дня, можно сказать, что было вычерпано все то в мышлении, что действительно могло быть представлено как деятельность и сведено к деятельности. Вместе с тем уже на этом этапе было*

ясно, что в мышлении существуют пласты, которые принципиально не могут быть представлены и не являются по сущности деятельностью. ... Пресловутое «чистое мышление» в схеме МД есть остаточная зона, всегда невычерпанное, всегда тайна — предмет бесконечного творчества и открытия Человечества» [14].

Таким образом, сложность постижения законов познания заключается в том, что мышление само одновременно и процесс, и некий «инструментарий», и феномен, и потому «*чистое мышление*», действительно, нечто «*всегда невычерпанное, всегда тайна — предмет бесконечного творчества и открытия Человечества*» (выделено мною — Л. В.) [14].

Когда мы доверяемся естественной способности обучаться, как некоему *универсальному* закону, мы становимся ближе к той тайне, что является источником творчества. Наше мышление и как феномен, и как инструмент — отражение нашей естественной творческой способности, которая является частью системного процесса познавательной деятельности.

В то же время для раскрытия этой естественной творческой способности важна способность человека мыслить независимо и самостоятельно. Т. Голви так обозначил связь между способностью к обучению и способностью мыслить самостоятельно: *«Способность к обучению и росту без способности независимо мыслить сомнительна»* [1].

Таким образом, универсальными ключевыми моментами познавательной человеческой деятельности как системного процесса являются:

— **врожденная (естественная) способность обучаться**;

— **способность самостоятельно мыслить**.

Коучинг, который является по сути процессом поиска человеком собственных ответов на свои вопросы, опирается именно на указанные ***универсальные*** способности. Никакое повторение даже самых успешных, но «чужих» моделей не является коучингом, а лишь научением.

На основе изложенного возможно сформулировать **базовые предпосылки коучинга**:

— **Опора на естественную способность человека обучаться.**

— **Актуализация способности человека самостоятельно мыслить**.

2. Способность обучаться и доверие

Тимоти Голви отмечает, что самое сложное в коучинге то, что и коуч, и коучи́ должны ***научиться доверять*** *естественному* процессу обучения. Также он отмечает *доверие* как один из важнейших факторов, необходимых для фокусировки внимания.

Основатель коучинга говорит о том, что доверие создается **заботой** о человеке, а это «*самый важный ингредиент, которому нельзя научить: забота не только о внешних результатах, но и о человеке, с которым работает коуч-консультант»* [1]. Этим еще раз подчеркивается, что коучинг — это *совместная* деятельность, которая предусматривает *активное взаимодействие* человека и среды, в котором важен именно ***«человеческий фактор».***

В связи с этим можно сформулировать **доверие** как безусловное и необходимое условие коучинга, которое позволяет запустить процесс естественного обучения, а **способность коуча к «заботе»** признать необходимым личностным качеством коуча для создания доверия.

Забота — в самом широком смысле — это комплекс действий, направленных на благополучие объекта заботы. Благополучие — тема очень широкая и требует дополнительного исследования. Можно только отметить здесь, что Аристотель связывал «высшее благо» с счастьем и самореализацией. И если рассматривать *заботу* в плане коучинга — это, прежде всего, создание безопасной, конфиденциальной и доверительной атмосферы, в которой как раз возможна самореализация.

Таким образом, важно обозначить **доверие** как ***базовое, безусловно необходимое условие коучингового взаимодействия.***

Важно также сделать акцент на ***безусловно необходимой*** способности коуча уметь **заботиться,** то есть обеспечивать ***необходимые условия для осуществления самореализации.***

3. Уточнение понятия «коучинг»

Если говорить о методологии коучинга, то важно уточнить само понятие коучинга как вида взаимодействия и как профессиональной деятельности с учетом универсальных предпосылок и необходимых базовых условий, сформулированных выше, а также с учетом определения, данного Тимоти Голви.

Коучинг сегодня настолько сильно проник во все сферы нашей жизни, что в каждой области возникло специфическое понимание того, чем является данный

вид деятельности. При анализе существующей литературы и публикаций по коучингу выяснилось, что наиболее часто повторяются следующие слова и выражения для определения понятия «коучинг»: технология; философия; недирективный подход; недирективная техника; системное сопровождение в процессе достижения цели; специфическая, особая форма рационального прояснения ситуации; работа с будущим; технология повышения эффективности; мировоззренческий подход; особый метод консультирования; раскрытие потенциала; процесс психологического сопровождения при достижении целей; система мотивации; позитивизация мышления; новый способ мышления.

Согласно формулировке Тимоти Голви:

«*Коучинг — это раскрытие потенциала человека с целью максимального повышения его эффективности* (выделено мною — Л. В.) *Коучинг — это искусство, которому нужно учиться прежде всего на опыте. С точки зрения Внутренней игры коучинг можно определить как содействие мобильности. Это искусство создания — с помощью беседы и поведения — среды, которая облегчает движение человека к желаемым целям так, чтобы оно приносило удовлетворение. Здесь необходим один важный ингредиент, которому нельзя научить: забота не только о внешних результатах, но и о человеке, с которым работает коуч-консультант* [1].

Как можно заметить, при распространении в «широкие массы» коучинг редуцировался до технологии, техники, метода, от «духа» определения Голви осталось лишь про раскрытие потенциала, про повышение эффективности и про цели. Причем под эффективностью чаще всего понимается эффективность деятельности, в описании же Т. Голви речь идет о повышении *эффективности потенциала*, а это совершенно разные вещи. Да, эффективность человека проявляется в деятельности, но является и большим, чем его деятельность.

Если же обратить внимание на суть определения коучинга, данного Тимоти Голви, то он описывает коучинг как **искусство** *(но никак не технологию)*, которому нужно **учиться на своем опыте.** Ключевыми моментами являются:

— *раскрытие потенциала человека,*
— *повышение эффективности потенциала,*
— *содействие мобильности,*
— *создание соответствующей среды*,

— *забота о человеке,* которой научить нельзя.

Прежде чем далее уточнить понятие коучинга, важно прояснить суть главного термина — *«искусство».* «Изначально под искусством понималось всякое мастерство более высокого и особого сорта», или высокий уровень владения навыками, умениями [2].

Прояснение этимологии слова «искусство» дает нам следующее: на ст.-слав. «искус» означало «опыт», «испытание»; на англ. языке art — «творчество»; на греческом Τέχνη — «мастерство».

Можно обобщить следующим образом: **искусство — это высокий уровень способности творчески преобразовывать свой опыт.**

Мобильность Голви проясняет так:

*«**Мобильность** — это **осознанная мудрость**. Она означает не просто пребывание в состоянии потока, но и то, что вам нужно очень хорошо осознавать, где вы находитесь, куда вы движетесь и почему. В сущности, она означает **осознанную работу**»* [1].

С учетом коучинга как *искусства* мы можем дать следующее определение:

Коучинг — это осознанное содействие другому человеку в осознанном раскрытии потенциала с целью максимального повышения его эффективности и творческого преобразования его личного опыта на пути к желаемой им цели в атмосфере заботы и удовлетворения.

С точки зрения стандартов Международной Федерации Коучинга (ICF) коучинг определяется следующим образом:

«…процесс партнерства, стимулирующий работу мысли и креативность клиента, в котором он с помощью коуча максимально раскрывает свой личный и профессиональный потенциал» [10].

В данном определении неоднозначно воспринимается фраза *«с помощью коуча»* — ее можно истолковать по-разному. А также понятие «партнерства» не позволяет ввести «заботу» как некий «ингредиент», которым должен обладать коуч с точки зрения Т. Голви.

Акцент на «самостоятельности» клиента ясно звучит в определении, данном Михаилом Клариным, также вводится понятие «диалог», тем не менее по-прежнему используется тема «помощи»»:

«Коучинг представляет собой особый вид диалога, в котором специалист (коуч) помогает клиенту самостоятельно уточнить, прояснить и сформули-

ровать свои жизненные, профессиональные и/или деловые цели и задачи, сфокусировать внимание на задачах развития, искать как внутренние, так и внешние ресурсы, искать и находить альтернативы действий, строить планы, проверять их на реалистичность, принимать на себя ответственность за их реализацию» [3, 4].

В Профессиональном стандарте «Коуч» на сайте Ассоциации русскоязычных коучей (АРК) дано следующее определение:

«Коучинг — организация самостоятельной деятельности дееспособных взрослых граждан по развитию и мобилизации внутренних и внешних ресурсов. Основная цель вида профессиональной деятельности: повышение качества решений и действий по достижению жизненных, профессиональных и деловых целей посредством развивающего диалога с участием независимого специалиста — коуча» [9].

В двух последних определениях звучит тема «диалога», ресурсов как «*внутренних»,* так и *«внешних»*. Последнее является более широкой формулировкой, чем «*профессиональный потенциал»,* звучащий в формулировке ICF.

Учитывая вышеизложенное, а также сформулированные в предыдущем разделе предпосылки коучинга, требование к личности коуча, можно уточнить определение коучинга следующим образом:

Коучинг — это осознанное и заботливое содействие другому человеку в том, чтобы он смог научиться достигать желаемых целей через раскрытие собственного потенциала и максимального повышения его эффективности, путем мобилизации как внутренних, так и внешних ресурсов и творческого преобразования своего личного опыта через способность самостоятельно мыслить.

В этом определении учтены все основные формулировки коучинга, существующие на данный момент в русскоязычном пространстве, добавлен акцент, обращающий внимание на важность творческого преобразования своего личного опыта самим человеком, сделан акцент на способности человека самостоятельно мыслить как необходимой базовой предпосылке и учтена необходимая базовая характеристика личности самого коуча.

Поиск более точного определения коучинга как *профессиональной деятельности* нуждается в дальнейшем обсуждении с коллегами в профессиональном сообществе.

Заключение

Если рассматривать коучинг как процесс содействия актуализации естественной способности человека обучаться и самостоятельно мыслить, то можно сформулировать следующее:

1. БАЗОВЫМИ ПРЕДПОСЫЛКАМИ КОУЧИНГА, вытекающими из *универсальных* основ познавательной деятельности, являются:

— опора на естественную способность обучаться;

— актуализация способности самостоятельно мыслить.

2. БАЗОВЫМ УСЛОВИЕМ коучинговых взаимоотношений, являющимся *необходимым условием* запуска естественного процесса обучения, выступает **доверие**.

3. БАЗОВЫМ ТРЕБОВАНИЕМ К КОУЧУ является **наличие способности заботиться** о клиенте таким образом, чтобы обеспечить для него ***необходимые условия для осуществления его самореализации.***

Список литературы

1. Голви У. Т. Работа как внутренняя игра: Фокус, обучение, удовольствие и мобильность на рабочем месте.— М., 2005.— 252 с.

2. Искусство. [Электронный ресурс]: Философский энциклопедический словарь.— 2010. URL: https://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_philosophy/470/ИСКУССТВО

3. Кларин М. В. Коучинг // Большая российская энциклопедия.— М.: Большая российская энциклопедия, 2017. Интернет-ресурс https://bigenc.ru/psychology/text/5094802 (доступ 30.09.2020).

4. Кларин М. В. Новая развивающая практика — коучинг. Новая профессия — коуч // Образовательные технологии.— 2014.— № 1.— С. 71–80. URL: http://iedtech.ru/files/journal/2014/1/klarin-coaching.pdf

5. Мамардашвили М. К. Лекции по античной философии.— ООО «Издательская Группа “Азбука-Аттикус“», 2018.

6. Мыследеятельность. [Электронный ресурс]: Новейший философский словарь. URL: https://dic.academic.ru/dic.nsf/dic_new_philosophy/795/МЫСЛЕДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

7. Новиков А. М., Новиков Д. А. Методология.— М.: СИН-ТЕГ, 2007.— 668 с.

8. Платон, «Теэтет» [Электронный ресурс] / Перевод: Т. В. Васильева. В кн.: Платон. Собр. соч. в 4-х томах.— Т. 2.— М.: Мысль, 1993. URL: https://www.plato.spbu.ru/TEXTS/PLATO/theaitetos.htm

9. Профессиональный стандарт коуча. [Электронный ресурс]: Сайт Ассоциации русскоязычных коучей (АРК). URL: http://www.coach-rus.org/obshhie-svedeniya-profstandarta-kouch/

10. Сайт Международной Федерации Коучинга (ICF). URL: https://erickson.ru/coaching/

11. Соловьёв Е. А. Новые подходы в квантовой физике / Под ред. академика РАН Л. И. Пономарёва.— М.: ФИЗМАТЛИТ, 2019.— 216 с.

12. Циммер К. Эволюция: Триумф идеи / Карл Циммер; Пер. с англ.— 2-е изд.— М.: Альпина нон-фикшн, 2014.— 564 с.

13. Шмерлина И. А., Матурана У., Варела Ф. Древо познания: биологические корни человеческого понимания.— 2001.

14. Щедровицкий П. Г. Развивающее образование и мыследеятельная педагогика // Первые Чтения памяти В. В. Давыдова.— М., 1999.— С. 117–129.

ФИЛОСОФИЯ СОКРАТА И ПРАКТИКА КОУЧИНГА

Валиуллина Лилия Мажитовна
член комитета по профессиональной этике АРК,
супервизор АРК
E-mail: valiullinaliliya.m@gmail.com

DOI: 10.38006/907345-57-7.19.34

Аннотация: *в данной работе представлены размышления на тему философских основ коучинга на примере символического анализа произведения Платона «Теэтет» и проиллюстрировано, как данный материал можно использовать для понимания практической работы коуча.*

Ключевые слова: *коучинг, методология, философия, познание, интуиция, рациональное, иррациональное, диалог, коуч-позиция, супервизия.*

1. Философия Сократа, современная наука и коучинг

Философию и подход Сократа к постижению истинного знания часто вспоминают, когда говорят о коучинге. К сожалению, упоминание в литературе касается чаще только искусства великого мастера задавать вопросы. Наследие античного философа прежде всего важно тем, что он впервые обратил пристальное и **целостное внимание** на самые разные стороны процесса познания. Наряду с искусством выстраивания интеллектуального процесса прояснения истинного, философ показал саму суть ***диалога***, ***этики*** взаимоотношений в процессе поиска истины и суть познания как ***совместного взаимодействия***.

Философия Сократа в основном построена на его интуитивных прозрениях и представляет собой ***интеллектуально-интуитивный процесс*** постижения истины. Интуитивный процесс сложно поддается определению, пониманию, и, видимо, именно поэтому философия Сократа была «урезана» в применении лишь ее формальной логической стороной.

Многие интуитивные прозрения Сократа сегодня подтверждаются современной наукой. Перечислю самые основные моменты:

1. Сократ говорил: *«В каждом человеке — солнце. Только дайте ему светить».* Философ обращается к способности человека **самостоятельно «пре-**

одолевать собственное неведение». Гениальное прозрение философа о том, что человек способен самостоятельно справляться с задачами и трудностями через «*познавание»,* подтверждается современной наукой. Например, теория *аутопойезиса* — способности всех живых систем к самоорганизации, саморегуляции, самотворению — утверждает:

«Живые системы — это когнитивные системы, а жизнь как процесс представляет собой процесс познания» [11].

Метафора Внутренней игры, открытая Тимоти Голви в начале 1970-х годов и ставшая импульсом к созданию коучинга, также основана на глубокой вере во *врожденную способность человека учиться на собственном опыте*, он описывает эту часть как Я 2:

«Я 2 — это сам человек. Я 2 — это весь внутренний, данный нам при рождении потенциал, все реализованные и еще не реализованные способности. Я 2 также включает нашу врожденную способность к обучению и развитию любых из этих природных способностей» [2].

2. Сократ считал, что **истина познается в диалоге,** то есть для продвижения в поиске истины нужен другой/другие. То, что процесс познания действительно совместный процесс, подтверждает теория «коэволюции», которая утверждает, что *«эволюция одного вида направляет и подталкивает эволюцию другого»* [10].

Тимоти Голви открыл феномен внутреннего диалога между двумя частями личности, где одна часть, «всезнайка» Я 1 контролирует и постоянно вмешивается. Но именно в те моменты, когда человек способен отказаться от самоконтроля и самовмешательства, возникает естественная уверенность в себе и достигаются лучшие результаты, проявляется феномен Я 2 как естественной способности развиваться. Но кто «побеждает», очень сильно зависит от того, насколько у человека высоко доверие самому себе. Формирование же этого доверия зависит от того, кто с человеком рядом. По сути, коучинг — это процесс по созданию такой среды для человека, которая минимизирует вмешательство Я 1 и создает максимальные условия для актуализации Я 2. То есть наблюдения Голви также подтверждают, что индивидуальное развитие происходит в тесном взаимодействии с окружением.

3. Сократ развивает и дополняет утверждение Протагора о том, что *ничто само по себе не существует*. Он дополняет его идеей **становления:**

«Ничто одно не существует как что-то или как какое-то, но из порыва, движения и смешения одного с другим возникают все те вещи, про которые мы говорим, что они существуют, хотя и говорим неверно, ибо ничто никогда не есть, но всегда становится» (выделено мною — Л. В.) [7].

Открытия в квантовой физике подтверждают это. Е. А. Соловьев, представитель ленинградской школы теоретической физики, сделавший заметный вклад в квантовую механику, пишет следующее:

«… существуют два объекта — материальные точки (классический уровень) и глобальное информационное поле (квантовый уровень). Мы принимаем всю информацию о внешнем мире через наши органы чувств, глаза, уши и т. д., которые являются окончательными устройствами во всех измерениях и являются классическими по своей природе. Таким образом, нашу жизнь можно интерпретировать как непрерывное измерение (выделено мною — Л. В.)**.** *Но у нас нет органов чувств с прямым доступом к уровню глобального информационного поля (помимо подсознания, которое является основным и самым непонятным объектом) — любые данные извне приходят в наше сознание на классическом уровне, и мы не можем получить полную информацию с квантового уровня (глобальное информационное поле) в результате одного измерения»* [8].

Таким образом, из вышеизложенного вытекает важное следствие: несмотря на то, что «*истина рождается в собственной голове*», **рождение истинного знания опирается не на *частные* понятия, а на некие *общие устойчивые* законы, которые связывают вещи.** И уже в философии Сократа были проявлены эти универсальные основы, которые «переоткрыл» Т. Голви и подтверждают современные научные открытия.

Исходя из этого, обращение к наследию Сократа и изучение его философской системы может быть полезным для определения базовых понятий и основ методологии коучинга, а также идеи философа могут послужить метафорами для более глубокого символического понимания того, что происходит в процессе коучинга.

2. «Преодоление собственного неведения» как одаренность

В данной работе я хочу представить анализ диалога Сократа с его учениками, записанного Платоном в произведении «Теэтет» [7].

Диалог Сократа с Теэтетом, записанный Платоном, является первым достаточно тщательно задокументированным образцом того, как происходит процесс рождения истины, и по своему «духу» он во многом совпадает с тем, как Тимоти Голви описывает феномен *Внутренней игры* [2].

Прежде чем начать анализ самого диалога Сократа с Теэтетом, хочу обратить внимание ***на самое начало*** описания диалога Платоном, в котором есть слова Евклида об ученике Сократа. В самом начале, в истоках любого явления очень явно просматривается его суть, это уже давно замечено исследователями глубинной психологии. И начало описания беседы — очень важный момент в рассматриваемом описании.

Итак, цитата: «*Я вспомнил и удивился, как пророчески говорил Сократ кроме всего прочего и об этом человеке ... он приходил в большой восторг от его одаренности* (здесь и далее выделено мною — Л. В.) *... и, между прочим, сказал, что, судя по всему, этот мальчик непременно прославится, коли достигнет зрелого возраста». Терпсион в ответ утверждает: «Он был прав, как видно»* [7].

Как мы видим, Сократ уже с самого начала заметил **одаренность** Теэтета, который тогда был еще подростком, это заметил и Евклид и потому так тщательно, практически дословно записал диалог Сократа с ним. Что это за «одаренность»?

Вспомним, как Сократ сказал: «*Я знаю только то, что я ничего не знаю, но многие не знают даже этого»*. Я смею предположить, что имеется в виду «одаренность» в смысле *способности осознавать свое незнание и готовность преодолевать его* — некая «**способность осознавать свое неведение**».

Этот момент очень важен как при прояснении сути коучинга, понимания коуч-позиции, тактики и стратегии ведения беседы, так и в вопросах выстраивания своей практики. Я здесь хочу немного остановиться на последнем.

Обычно коучи, которые только начинают свою практику, готовы откликаться на любые контракты, лишь бы наработать свою практику. И не секрет, что после завершения образования доля тех, кто остается в профессии, совсем невысока. Можно предположить, что причина неудачи в продолжении практики именно в том, что коучи готовы работать со «всеми», не ставя себе задачу различать — есть ли у потенциального коучи́ подобного рода «одаренность» — *способность осознавать свое неведение* и готовность преодолевать его?

Важно также то, есть ли у самих коучей подобного рода «одаренность» — **способность осознавать свое неведение** и **преодолевать его**? Обычно никто

и не учит определять такого рода «одаренность». Речь в данном случае, конечно, не идет о какой-то «инструментальной» диагностике, но о возможности особым образом в процессе коммуникации тестировать, насколько выражена и достаточна эта способность определять границы своего знания и незнания и «преодолевать неведение». Возможно отрефлексировать приблизительное понимание этого, обратившись к профессиональным компетенциям коуча, разработанным коучами АРК [3].

Эти компетенции прекрасно описывают на базовом уровне границы нашего «знания/незнания» и указывают, как можно «преодолеть неведение». Например, уже при первой встрече с клиентом мы можем через анализ данных компетенций у себя самих и у коучи́ заметить, насколько у нас самих проявлена подобная «одаренность». Через анализ того, насколько клиент осознает, чего он хочет, насколько открыт и готов к тому, что нет «готовых ответов», насколько он открыт к восприятию нового опыта, насколько он отвечает именно на задаваемые вопросы, насколько способен признать собственные ограничения и т. д., мы можем оценить уровень его рассматриваемой «одаренности».

Возможно, именно неспособность различать и тестировать такого рода «одаренность» ведет к потере и коуч-позиции. Зная же о феномене «одаренности» рассматриваемого рода, можно несколько сессий, при необходимости, уделить тому, чтобы помочь сформировать основные необходимые навыки у клиента, понимая, что это не будет в чистом виде коучинговым процессом, а будет иным процессом, в котором потенциальный коучи́ будет осваивать науку «учиться учиться». Способность различать эти виды деятельности — коучинг и *подготовку к коучинговому взаимодействию* — есть необходимое условие для ясного определения границ коучинга от других видов помощи (консультирования, психотерапии, консалтинга и др.).

Важно отметить, что рассматриваемая «одаренность» как «способность к неведению» — необходимое условие для самого кандидата в коучи, и она прекрасно развивается в процессе супервизий и личного коучинга.

Но, возможно, есть некоторые и объективные критерии, которые определяют ее «наличие» и «достаточность», по которым Сократ смог определить «одаренность» подростка. Теэтет впоследствии, действительно, «прославился», Евклид называет его «безупречный человек». Важно понимать, что коучинг как профессиональная деятельность точно не для каждого, и как вид помощи тоже не ка-

ждому подходит. К сожалению, сегодня происходит дискредитация коучинга именно тем, что призывают всех и каждого овладеть этой профессией или пытаются, например, «строем» отправить на коучинг каждого сотрудника компании, не осознавая, что должны быть еще некоторые **предварительные условия** — наличие способности человека к ***признанию и преодолению неведения***.

Более подробно сам этот процесс — *признания и преодоления неведения* — иллюстрирует следующий отрывок [7]:

«Сократ. *...Вот скажи мне, учиться — это значит становиться мудрее в том деле, которому учишься?*

Теэтет. *А разве нет?*

Сократ. *А мудрецы, я думаю, мудры благодаря мудрости?*

Теэтет. *Да.*

Сократ. *А это отличается чем-то от знания?*

Теэтет. *Что именно?*

Сократ. *Мудрость. Разве мудрецы не знатоки чего-то?*

Теэтет. *Что ты имеешь в виду?*

Сократ. *Одно ли и то же — знание и мудрость?*

Теэтет. *Да.*

Сократ. *Вот это как раз и приводит меня в затруднение, и я не вполне способен сам разобраться, что же такое знание. Поэтому скажи честно и благородно, что, по-твоему, есть знание?*

Теэтет. *Итак, мне кажется, что и то, чему кто-то может научиться у Феодора,— геометрия и прочее, что ты только что перечислял,— есть знания и, с другой стороны, ремесло сапожника и других ремесленников — а все они и каждое из них есть не что иное, как знание.*

Сократ. *Вот благородный и щедрый ответ, друг мой! Спросили у тебя одну вещь, а ты даешь мне много замысловатых вещей вместо одной простой.*

Теэтет. *Что ты хочешь этим сказать, Сократ?*

Сократ. *Может статься, и ничего, но все же я попытаюсь разъяснить, что я думаю. Когда ты называешь сапожное ремесло, ты имеешь в виду знание того, как изготовлять обувь?*

Теэтет. *Да, именно это.*

Сократ. *А когда ты называешь плотницкое ремесло? Конечно, знание того, как изготовлять деревянную утварь?*

Теэтет. *Не что иное и в этом случае.*

Сократ. *А не определяешь ли ты в обоих случаях то, о чем бывает знание?*

Теэтет. *Ну да.*

Сократ. *А ведь вопрос был не в том, о чем бывает знание или сколько бывает знаний. Ведь мы задались этим вопросом не с тем, чтобы пересчитать их, но чтобы узнать, что такое знание само по себе. Или я говорю пустое?*

Теэтет. *Нет, ты совершенно прав.*

Сократ. *Взгляни же еще вот на что. Если бы кто-то спросил нас о самом простом и обыденном, например о глине — что это такое, а мы бы ответили ему, что глина — это глина у горшечников, и глина у печников, и глина у кирпичников,— разве не было бы это смешно?*

Теэтет. *Пожалуй, да.*

Сократ. *Стало быть, смешно в ответ на вопрос, что есть знание, называть имя какого-то искусства. Ведь вопрос состоял не в том, о чем бывает знание».*

В приведенном отрывке показано, *как* происходит «делегирование» в процессе поиска ответов самому подростку, показана стратегия и тактика ведения беседы, в процессе которой Теэтет именно на основе процесса саморефлексии и собственного творческого осмысления пришел к определенным выводам.

Рассмотренный отрывок также является наглядной иллюстрацией основного постулата в коучинге, что ответ есть у самого коучи́. При этом важно отметить, что поиск *преодоления неведения* весьма непрост. Мераб Мамардашвили пишет:

« ... большая часть человека вне его. Она в том пространстве, о котором я говорил, определив его как пространство языка, и теперь лишь добавлю, что человек — это весьма и весьма длительное усилие. Надо иметь смелость и терпение на это усилие…» [5].

Итак, благодаря лишь первым фразам описанной Платоном истории нам удалось поразмышлять над очень важной темой — **«одаренности» к коучингу** как познавательной деятельности. Эта «одаренность» может быть сформулирована как **способность «осознавать свое неведение и преодолевать его»**.

3. Два измерения процесса постижения истины

Достаточно часто используют для описания работы коуча метафору «повивальной бабки», вспоминая о Сократе. Проясним, что на самом деле имел в виду философ. Приведем известный момент из диалогов Сократа [7]:

*«**Сократ.** ...ремесло повитухи, однако моему делу оно уступает. Ибо женщинам не свойственно рожать иной раз призраки, а иной раз истинное дитя, а вот это распознать было бы нелегко. Если бы это случалось, то великая и прекрасная обязанность — судить, истинный родился плод или нет, стала бы делом повитух. Или ты не находишь?*

***Теэтет.** Нахожу.*

***Сократ**. В моем повивальном искусстве почти все так же, как и у них,— отличие, пожалуй, лишь в том, что я принимаю у мужей, а не у жен, и принимаю роды души, а не плоти. Самое же великое в нашем искусстве — то, что мы можем разными способами допытываться, рождает ли мысль юноши ложный призрак или же истинный и полноценный плод.*

К тому же и со мной получается то же, что с повитухами: сам я в мудрости уже неплоден, и за что меня многие порицали,— что-де я все выспрашиваю у других, а сам никаких ответов никогда не даю, потому что сам никакой мудрости не ведаю,— это правда.

А причина вот в чем: бог понуждает меня принимать, роды же мне воспрещает.

Так что сам я не такой уж особенный мудрец, и самому мне не выпадала удача произвести на свет настоящий плод — плод моей души. Те же, что приходят ко мне, поначалу кажутся мне иной раз крайне невежественными, а все же по мере дальнейших посещений и они с помощью бога удивительно преуспевают и на собственный и на сторонний взгляд. И ясно, что от меня они ничему не могут научиться, просто сами в себе они открывают много прекрасного, если, конечно, имели, и производят его на свет.

Повития же этого виновники — бог и я. И вот откуда это видно: уже многие юноши по неведению сочли виновниками всего этого самих себя и, исполнившись презрения ко мне, то ли сами по себе, то ли по наущению других людей ушли от меня раньше времени. И что же? Ушедши от меня, они и то, что еще у них оставалось, выкинули, вступивши в дурные связи, и то, что я успел принять и повить, погубили плохим воспитанием. Ложные призраки стали они ценить

выше истины, так что в конце концов оказались невеждами и в собственных и в чужих глазах».

Из этого фрагмента можно видеть, что постижение истины для Сократа — это достаточно сложный процесс, в котором *«ложные призраки»* могут затмить разум ищущего истину. И философ достаточно ясно говорит о том, что в отличие от «повивальной бабки» он должен быть в состоянии еще **помочь различить** *«ложные призраки» от «истинных и полноценных плодов»,* чего не делает обычная повитуха. Во фразе *«принимаю роды души, а не плоти»* можно в этом услышать намек на *критерий* того, как определить «полноценный плод». Можно предположить, что этот критерий связан, прежде всего, с *незримым* внутренним процессом («душой»), который не всегда возможно описать рационально и конкретно (облечь в «плоть»).

Обращаясь далее к приведенному выше отрывку диалога Сократа с Теэтетом, можно говорить об *определяющем* значении в подобном сопровождении не столько роли «повитухи» в смысле ведения сократовского диалога по выявлению и разрешению противоречий, который часто понимается как *логическая* операция, а сколько о роли еще одного «**незримого участника**» в процессе «повития»: *«повития же этого виновники — бог и я».*

То есть в сократовском смысле философ лишь часть «пары», в которой есть еще иным образом влияющая на процесс «рождения истины» причина —**иррациональная.** Это отдельный и важный дискурс исследования, и я бы отметила, что Сократа можно считать предтечей современной гуманистической психологии, постулаты которой взяты в основу и коуч-подхода. Ведь «бога» можно символически рассматривать как тот самый творческий потенциал самого человека, поставившего вопрос.

О символической роли этого «незримого участника» говорит М. Мамардашвили:

«Предназначение человека состоит в том, чтобы исполниться по образу и подобию Божьему. Образ и подобие Божье — это символ, соотнесенно с которым человек исполняется в качестве человека. ... я говорю о простой вещи, а именно: человек не создан природой и эволюцией, человек создается, непрерывно, снова и снова создается, создается в истории, с участием его самого, его индивидуальных усилий. Эта его непрерывная создаваемость и задана для него в зеркальном отражении самого себя символом «образ и подобие Божье», то

есть человек есть такое существо, возникновение которого непрерывно возобновляется, с каждым индивидуумом и в каждом индивидууме» [5].

«Непрерывная создаваемость» человека проявляется в процессе рождения собственных вопросов и нахождении собственных ответов через обращение к своему «божественному» творческому потенциалу. Данный процесс получил отражение в коучинге в форме принципа, взятого из гуманистического подхода: «у самого человека есть ответы и ресурсы для решения проблемы».

Когда мы говорим о том, что у человека есть все ресурсы и ответы, то мы имеем в виду обращение к **интуитивной** стороне процесса познания, нежели рациональной.

Чтобы углубить понимание тех интуитивных образов, которые нам оставил Сократ, важно осознавать, что «*познание представляет собой единство не только рационального и чувственного моментов, но и включает в себя различные иррациональные элементы, связанные с ролью бессознательного в психике человека и предполагающие недостаточно ясно выявленную их связь с рациональной составляющей познавательной деятельности*» [9].

Более того, в рамках классического рационализма существует представление об **«интеллектуальной интуиции», которая является высшим видом интеллектуального познания** [9].

Мераб Мамардашвили, говоря о философе, пишет, что Сократ

«лишь пытается ввести слушателя в область бытийного мышления, которое может происходить только путем своего рода индукции, диалектической индукции. Сократ так организует ситуацию, так ведет своего слушателя, чтобы тот сам впал в некоторое состояние ви́дения порядка, формы. Что это? Нельзя определить. Здесь мы действительно сталкиваемся с тайной человеческого бытия: то, что всегда случается и что нам ближе и доступнее, в то же время ускользает от нас, если мы хотим высказать это и в определенном высказанном виде передать другим» [4].

Если мы вернемся к коучингу и применим к нему метафору Сократа *«повития же этого виновники — бог и я»*, то уже становится понятнее, что участие коуча в сессии не просто «рациональное», «по технологии», но это способность применять высший вид интеллектуальной деятельности — интеллектуальную интуицию, доверяя своим инсайтам, но умея отличить их от «ложных призраков».

Тогда применение сократовского метода в данном смысле в отношении коучинга становится **вероятностным** процессом, требующим достаточно глубокого знания человеческой природы и способности понимать, что «***наблюдатель влияет на наблюдаемое***». И, возможно, один из ответов на то, что такое коуч-позиция и как ее сохранить,— это осознавать свою **роль влияющего наблюдателя** и быть способным использовать ее осознанно в интересах коучи́.

Подобный вероятностный подход является основным в современной квантовой механике, где гипотезы создаются на основе отпечатков, которые оставляют микрочастицы, недоступные непосредственному наблюдению, на фотопластинке. Можно использовать эту аналогию и в коучинге: внутренний мир души и процесс мышления также является незримым для внешнего наблюдателя, мы в состоянии судить о нем лишь по «отпечаткам» — по символическим проявлениям на внешнем уровне. Такими символическими проявлениями на внешнем плане являются, например, наши словесные описания реальности, наши движения, действия, поступки, наши эмоции, сновидения, телесные симптомы и т. д.

Постижение истины как подлинного знания происходит скачкообразно — аналогично переходу квантовой системы на новый энергетический уровень, это абсолютно *нерациональный* процесс, которому трудно первоначально придать четкое рациональное объяснение, но именно он, похоже, является тем самым «полноценным плодом» по Сократу. Признание возможности использования интеллектуальной интуиции дает возможность актуализировать ее и у клиента, позволяя его системе осуществить **квантовый скачок сознания** на новый уровень. Важно признать, что «технологизировать» данный процесс невозможно, можно только самому коучу развивать чувствительность к этим процессам, постоянно проходя супервизии у более опытных коллег.

Таким образом, важно различать эти **два измерения работы в коучинге** — ***рациональное и вероятностное.*** Последнее измерение можно назвать еще *символическим*, если понимать «символ» в философском ключе, где он трактуется не как «знак», а имеет более глубокое, духовное измерение, неопределимое обычным, ментальным образом, *«… поскольку в измерении живого состояния мысль переплетена с бытием, постольку она неопределима обычным образом. Не может быть дана или получена определением. … Мысль, повторяю, не есть чистое ментальное состояние, здесь что-то другое»* [6, с. 672].

В результате учета этих двух измерений — *рационально-логического и вероятностного* — возникает иное «рацио» — как ***«живой»*** элемент мышления, который несет понимание, как «структуру умопостижения», «пропорцию пропорций». Об этом хорошо сказал Мамардашвили.

«…рацио между тем (высказываемым), что предметно предикативно и может быть наглядно представлено, и несказуемым, что не поддается никакому наглядному представлению и предикации. Это именно живое, индивидуальное, уникальное, единственное» [6, с. 671].

« … большая часть человека вне его… Человек — это существо, которое всегда находится в состоянии становления, и вся история может быть определена как история его усилия стать человеком. Человек не существует — он становится…» [6].

В процессе развития коучинга как профессиональной практики, к сожалению, произошла своеобразная редукция, совершенно исчезло это вероятностное измерение, превратившись лишь в часть технологии по рациональному разбору вариантов решения и т.п. В процессе обучения часто утрачивается именно дух и философия базовых основ коучинга, которые раскрыты в метафоре *Внутренней игры* Тимоти Голви [2].

Например, бизнес-подход в коучинге направлен в первую очередь на достижение конкретного результата «быстро, и лучше еще быстрее» — по сути, непременно «нужно родить к определенному сроку». Такой подход — это, скорее, по Сократу только про «рождение плоти», но не про «рождение души». Мы, конечно, живем во времена совершенно других скоростей, и чтобы управлять производственными процессами, нужны, с одной стороны, технологии. Но, с другой стороны, организация — это прежде всего люди, и не толпа людей, не безликая «масса», а конкретные живые люди, которые хотят не только быть «производственными единицами», но и активными участниками процесса изменений в компании, чувствовать свою индивидуальность. Можно сказать, что это идеальное представление об организации, но коучинг проник из спорта в сферу бизнеса именно потому, что огромная текучесть кадров при самых совершенных технологиях заставила задуматься о пресловутом «человеческом факторе». И именно в коучинге многие тогда увидели ресурс для качественных преобразований в компаниях. Но оказалось, когда коуч занимался именно коучингом, то есть помогал человеку жить более осознанно, раскрыть свой творческий потенциал, то резуль-

татом явилось то, что значительная часть сотрудников просто покидала организацию.

В чем причина? В подлинном коучинге по ходу движения к цели может вдруг неожиданно выясниться, что цель была «ложным призраком» и нужно безжалостно от нее отказаться. Большая часть коучингового взаимодействия как раз бывает посвящена именно формулированию и уточнению истинного запроса, но как только он обнаружен, то обычно происходит тот самый «квантовый скачок сознания», и человек готов выйти на новый уровень жизни, но часто оказывается, что его личным целям уже не подходит продолжение работы в компании.

Постепенно в поисках разрешения данного противоречия организациям стала предлагаться под упаковкой «коучинга» скорее *технология* достижения и реализации конкретных задач, поставленных руководством компании перед коучем. Но технология достижения практической цели — это лишь верхушечка айсберга целостного коуч-подхода. Самой важной задачей коуча в работе с организациями является работа с лидером компании по выявлению его истинного запроса, как руководителя и как отдельной личности. Именно в этом заключается настоящее искусство бизнес-коуча, связанное со способностью «делать видимым невидимое» — проявить истинное «видение» лидером цели компании. За таким лидером точно готовы следовать. Чтобы быть способным выполнять подобные задачи, коуч должен владеть не только практической технологией и методологией коучинга, но и **философией коучинга**, которая дает знание о многомерном пространстве коучинга.

Таким образом, можно сделать два вывода:

1. Существуют как минимум два основных фокуса или измерения в работе коуча — **рациональное** и **вероятностное (или символическое),** они могут быть представлены как философская основа методологии гуманистической психологии в целом, так и коучинга.

2. Коучинг как познавательный процесс, в котором ответственность за нахождение решения полностью делегируется коучи́, является процессом, в котором огромную роль играет **интеллектуальная интуиция**, которой должен владеть коуч.

4. Диалог как условие процесса познания

Процесс общения в коучинге, как известно, это диалог. В данном контексте уместно прояснить этимологию понятия *диалог.* Обычно понимают диалог как беседу двух людей, но на самом деле это некорректно. Слово *диалог* состоит из двух частей — *диа* («через», «всецело» «повсюду») и *логос* («суждение», «смысл»). Принимая это во внимание, мы можем сформулировать *диалог* как некий процесс встречи разных смыслов и суждений, а также процесс порождения новых смыслов или рождения нового знания на двух уровнях коммуникации — рационально-логическом и вероятностном (символическом).

Сократовский диалог условно можно разделить на следующие элементы [1]:

1) ***сомнение*** — то есть осознавание того, что единственное, в чем можно быть уверенным, так это в том, что «я знаю, что я ничего не знаю»;

2) ***ирония*** как способность к постоянной проверке рассуждений (или выявление противоречий);

3) ***майевтика*** — преодоление противоречия;

4) ***индукция*** — сбор подлинных фактов;

5) ***дефиниция*** — прояснение и окончательное установление искомого понятия.

В приведенной структуре сократовской беседы мы действительно можем увидеть все составляющие современной практической методологии коучингового взаимодействия, описанные во многих учебниках. Важно заметить, что «отцы-основатели» современного коучингового подхода пришли к этому базису во многом *интуитивно* в процессе наблюдения, рефлексии и саморефлексии практической деятельности. Стоит прежде всего упомянуть кроме Тимоти Голви еще и Майлза Дауни, заложившего основы именно рефлексивного практического подхода, позволяющего обнаружить во время диалога внутренние противоречия в процессе движения к цели и опираться на внутренний потенциал клиента.

Тимоти Голви выделяет три уровня диалога: *внутренний диалог, непосредственный рабочий и культурный диалог* [2].

Голви отмечает, что в коучинге внешний диалог важно вести в манере, отличающейся от той, которую ведет во внутреннем диалоге Я 1 (чрезмерный контроль, сомнение, манипулирование), а исходить из веры в Я 2. Именно тогда происходит актуализация внутреннего потенциала и повышение его эффективности, и часто изменения проявляются внезапно и скачкообразно. На эти процессы

оказывают большое влияние и культурные диалоги, часто невидимые людям, но именно они *«имеют огромное влияние на то, как работающие общаются друг с другом, и, следовательно, на их внутреннюю среду, часто оказывая давление и провоцируя конфликты, которые воспринимаются как «нормальная» рабочая обстановка»* [2].

Таким образом, диалог — это не рационально-рассудочный обмен «мнениями», а **пространство смыслов и суждений, существующее одновременно и в рациональном, и символическом измерении, и на трех уровнях коммуникации — внутренней, внешней и культурной**. Именно такое понимание диалога позволяет дать коучингу качественное философское основание для его методологии.

Заключение

Мамардашвили однажды сказал: *«Когда позже, через две тысячи лет, мы встречаемся с текстом, он оказывается не элементом книжной учености, а конструкцией, проникнув в которую мы можем оживить те мысленные состояния, которые находятся и которые возникли в людях посредством него* [4].

Текст сократовских диалогов, переживший тысячелетия, действительно не «элемент книжной учености», он помогает оживить и метафорически прочувствовать те универсальные основы познавательной деятельности, которые есть в коучинге как деятельности, помогающей человеку в самореализации, раскрытии его творческого потенциала и решении практических жизненных задач.

Сравнительный символический анализ учения Сократа и основных положений коучинга дает основание сделать заключение, что коучинг как вид деятельности и способ познания имеет свои глубокие философские корни, отражающие проявление устойчивых универсальных законов, на которые опирается процесс познавательной деятельности. Прояснение этих универсальных оснований может служить базой для создания научной методологии коучинга.

Сократовский подход можно рассматривать как *целостную философскую систему* интеллектуальной познавательной деятельности, лежащую в основе коучинга как практической деятельности. В связи с этим можно сформулировать следующие основные положения, которые могут быть положены в основу философской методологии коучинга:

1. Для возможности получения необходимого результата в процессе поиска истины необходима определенного рода **«одаренность»** — ***способность признать собственное*** **неведение и** ***его преодолевать.***

2. Процесс постижения истины — это ***динамичный процесс*** **диалога.**

3. Диалог происходит как минимум в **двух измерениях —** ***рационально-логическом*** **и** ***интуитивном (или символическом***) и **трех уровнях коммуникации —** ***внутреннем, внешнем и культурном.***

Удовлетворяющий результат коучинга (достижение поставленной цели) возможен только при условии признания всех этих трех оснований.

Список литературы

1. Аникин Д. А. Этика: конспект лекций [Электронный ресурс]: ВикиЧтение. URL: https://culture.wikireading.ru/61334

2. Голви У. Т. Работа как внутренняя игра: Фокус, обучение, удовольствие и мобильность на рабочем месте.— М., 2005.— 252 с.

3. Компетенции коуча АРК. [Электронный ресурс]: Сайт Ассоциации русскоязычных коучей. URL: http://www.coach-rus.org/kouching/kompetentsii-koucha-ark/

4. Мамардашвили М. К. Лекции по античной философии.— ООО «Издательская Группа “Азбука-Аттикус“», 2018.

5. Мамардашвили М. К. Сознание и цивилизация.— ООО «Издательская Группа “Азбука-Аттикус“», 2018.

6. Мамардашвили М. К. Философские чтения.— СПб.: Азбука-класика, 2002.— 832 с.

7. Платон, «Теэтет» [Электронный ресурс] / Перевод: Т. В. Васильева. URL: https://www.plato.spbu.ru/TEXTS/PLATO/theaitetos.htm.

8. Соловьёв Е. А. Новые подходы в квантовой физике / Под ред. академика РАН Л. И. Пономарёва.— М.: ФИЗМАТЛИТ, 2019.— 216 с.

9. Философия (полный курс): Учебник для студентов ВУЗов / Под ред. проф. А. Н. Ерыгина.— Москва: ИКЦ«МарТ», Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2004.— 704 с. (Серия «Учебный курс»)

10. Циммер К. Эволюция: Триумф идеи / Карл Циммер; Пер. с англ.— 2-е изд.— М.: Альпина нон-фикшн, 2014.— 564 с.

11. Шмерлина И. А., Матурана У., Варела Ф. Древо познания: биологические корни человеческого понимания.— 2001.

МЕТОДОЛОГИЯ КОУЧИНГА — ВЛИЯНИЕ НА НЕЙРОБИОЛОГИЮ МОЗГА И СВЯЗЬ С КВАНТОВОЙ ФИЗИКОЙ

Васина Наталия Евгеньевна
супервизор АРК, коуч-мастер АРК
E-mail: nvasina@success-logic.com

DOI: 10.38006/907345-57-7.35.44

Аннотация: *многие, кто знаком с коучингом, задаются вопросом: коучинг — это наука или околонаучное направление консалтинговых услуг? Но далеко не многие задумываются о том, как коучинг может быть связан с нейробиологией, нейронаукой в целом и даже с квантовой физикой. В этой статье я объясню эту связь и поделюсь выводами, на основе которых коучинг может рассматриваться как новая современная методология для эффективной работы со взрослыми людьми на их пути к системным изменениям в жизни, не только через постановку целей, но и работы по созданию и укреплению новых нейронных связей, отвечающих за привычки, автоматические действия, эмоции и даже индивидуальные мыслительные процессы и убеждения.*

Ключевые слова: *коучинг, методология коучинга, нейробиология, квантовая физика.*

Начнем с простого — что такое методология?

Методология — учение о способах и стратегиях исследования того или иного предмета. Есть теоретическая и практическая методология. Важен практический вектор, так как теорией можно увлекаться вечно, но нужна доказательная база, которая дает подтверждение.

В ряде различных источников определений слов одинаково утверждается, что **практическая методология** — это программа (алгоритм), набор приёмов и способов того, как достичь желаемой практической цели и не погрешить против истины, или того, что мы считаем истинным знанием. Качество (успешность, эффективность) того или иного метода проверяется практикой, через решение

научно-практических задач — то есть поиском принципов достижения цели, реализуемых в комплексе реальных дел и обстоятельств.

С точки зрения науки методология показывает алгоритм действий, который обязательно подтверждается определенной доказательной базой, или статистикой результативности экспериментов.

Методология предполагает наличие:

1) алгоритма или набора приемов;

2) эффективности использования алгоритма, то есть результативности;

3) доказательной базы.

1. Есть ли в коучинге алгоритм (принципы)? Я утверждаю — ДА, есть.

Несмотря на то, что коучинг сравнительно молодое направление (до сих пор в процессе формирования), в нем есть достаточно ясный и понятный алгоритм, которому следует профессиональный[1] коуч, работая с клиентом. Важно помнить, что коучинговые технологии прежде всего предназначены для работы с ментально здоровыми, взрослыми людьми, так как ответственность за результат и практическую реализацию возлагается именно на клиента.

Если кратко описать алгоритм или этапы работы в коучинговой практике, то выглядит он так (рис. 1).

В каждом шаге есть достаточно большое количество подходов, инструментов, техник, которыми пользуются профессиональные коучи, подбирая именно те, которые будут максимально эффективно работать с конкретным клиентом и его задачей.

Основная работа коуча заключается в том, чтобы с помощью коучинговых техник, через сильные вопросы, предпосылки, обратную связь поднять уровень осознанности клиента, сопровождая его на пути к четкому осознанию своей истинной цели, создания плана действий, избавления от мешающих достижению барьеров/привычек/убеждений, и, в результате, достижения желаемой им цели.

---

[1] *Профессиональный коуч — это специалист, который прошел специальное обучение и получил сертификат, подтверждающий его профессионализм, четко разделяет инструменты, используемые в коучинге, и зоны работы психолога или психотерапевта, следует принципам и компетенциям коучинговой работы с людьми, имеет многочасовую наработанную практику и результативность клиентов.*

Рис. 1

Надо отметить, что коуч не обязан следовать этому алгоритму пошагово, как робот. Коуч может поменять некоторые этапы местами, если это будет уместно, необходимо и более эффективно для клиента. Так или иначе, каждый шаг должен быть пройден, в противном случае коучинговая работа не может считаться профессиональной. Если какие-то шаги исключаются при работе с клиентом, то это уже не коучинг.

Коучинг также активно стимулирует прогнозирование и/или создание жизненной ситуации клиента и, при определенном наборе действий клиента, ее реализации. Прогнозирование как подход используется как в бизнесе, так и в науке. Есть успешные модели и методы математически обоснованных прогнозных техник. Единственная и принципиальная разница с бизнес- или математическим прогнозированием — модели прогнозирования в коучинге работают с живым человеком, которого окружают люди со своими реакциями, эмоциями, целями и планами. Это означает, что прогнозирование в коучинге охватывает все системы координат окружения клиента, а не какую-то одну его часть.

Как в науке, так и в бизнесе и соответственно в коучинге прогнозы могут корректироваться, в зависимости от меняющейся ситуации и действий вовле-

ченных в прогноз факторов и смыслов. Поэтому при существующем коучинговом алгоритме реализация «проекта» клиента может претерпевать как незначительные, так и серьезные корректировки, также, как может меняться и конечная цель. В случае коучинга существующий алгоритм дает опору для создания ясного вектора, который может быть модифицирован с течением времени.

2. Эффективность использования алгоритма коучинга, результативность и доказательная база

Коучинг сравнительно молодое направление, к которому относились как к особому развлечению, но не связывали коучинг с наукой. Поэтому никто не занимался сбором доказательной базы, и, на данный период времени, в России нет хаба или единой платформы, которая собирает статистику по результативности коучинговых услуг. Статистически значимым, устойчивым результатом может считаться метод, который дает однозначный результат (в случае с коучинговой работой, считаю, что результативность может оценить именно клиент, достигая или не достигая своей цели) в не менее чем 60–65% общей клиентской базы. Оставшиеся 35–40% отводятся на особые случаи, связанные с нежеланием клиента что-то менять и совершать действия на пути к своему желаемому достижению или проблемами с ментальным здоровьем клиента.

По своей практике работы как коуч и тренер по коучингу Глобальной Организации International Coaching Community с 2015 года, могу с уверенностью сказать, что в случае, когда коуч действует согласно вышеуказанному алгоритму, когда коуч с помощью инструментов и техник помогает клиенту найти истинную внутреннюю мотивацию к достижению нужного клиенту результата, соблюдая этику и компетенции, результативность достижения клиента приближается к 100%.

Эффективность коучинга как работающего алгоритма имеет смысл рассматривать не с точки зрения локализации в моменте на основе причинно-следственных связей, а комбинации взаимовлияющих факторов в перспективе, так как в реальности причина и ее следствие могут быть далеко разнесены в пространстве и времени. Следствие может проявиться спустя несколько дней, месяцев или лет, а действовать нужно уже сейчас [2]. Это как умелая игра в шахматы, когда помогает именно стратегическое системное мышление, «забрасывающее» клиента надолго вперед от сегодня. Влиять на эффективность деятельности человека могут всевозможные факторы извне, и это может как ускорить движение

к желаемому результату, так и замедлить его. Учесть все возможные факторы в работе с клиентом для коуча не представляется возможным за период коучингового взаимодействия, поэтому в коучинге не может быть линейного подхода к измерению или оценке эффективности, как, например, в точных науках (физика, математика, химия и пр.).

После описания методологии коучинга уместно показать тесную связь методологии коучинга с нейробиологией мозга и квантовой физикой. Так как то, что в конечном итоге делает коуч, тесно связано как с квантовой теорией поля, так и с системным изменением нейронных связей в головном мозге клиента, что позволяет клиенту достигать значимых изменений в жизни, на работе, поднимая свою осознанность и личную эффективность.

3. Как коучинг связан с квантовой физикой?

Необходимо учитывать то, что ряд открытий в направлении квантовой физики создает новое понимание факта соединения мысли и последующей реальности (связь объяснена в книге «Неадекватное равновесие» Элизера Юдковски, и лучше всего прочесть всю книгу [3]).

Квантовые алгоритмы описывают поведение, действия и реакции человека не хуже (а часто и лучше) самых точных классических вариантов. Ученые считают, что квантовая физика напрямую связана с принятием решений человека как на поведенческом, так и нейрофизиологическом уровне. Квантовое описание поведения человека сильно отличается от классического знания, и эксперименты квантовой физики в направлении человека доказывают, что даже простые законы логики перестают работать (например, при квантовых подходах нарушается, казалось, незыблемое неравенство Белла [1]). Работа, которая подтверждает этот феномен экспериментом, опубликована в журнале Nature Human Behavior, в статье Quantum reinforcement learning during human decision-making [5].

Чтобы объяснить, как это работает, рассмотрим, к примеру, локальный реализм. Эйнштейн, будучи сторонником локального реализма, любил в связи с этим говорить, что Луна не исчезает с неба, даже если её никто не наблюдает. Под локальным реализмом понимается существование объективных характеристик микрочастицы перед проведением измерения. Данные современной квантовой механики, основанные на проведенных экспериментах неравенства Белла, ставят под сомнение адекватность модели локального реализма «истинному

устройству» реальности [1] (Белл показал, что установить истину может эксперимент, результаты которого будут совершенно различны в зависимости от того, справедливо ли вероятностное описание для каждой частицы, или это есть свойство коллектива частиц. Предполагается, что каждая отдельно взятая частица с момента своего рождения имеет определенные значения всех физических параметров. У разных частиц эти параметры различны. Частиц невообразимо много, поэтому экспериментатор не может узнать набор параметров для каждой частицы (классический ансамбль-случайность). Если это так, то должно выполняться некое неравенство, получившее название неравенства Белла. Неравенство Белла является основным аргументом в споре между сторонниками локального реализма и квантовой нелокальности).

Сегодня мы имеем впечатляющее количество экспериментов (*квантовой физики.*— Доб. автора*)*, в которых неравенства Белла явно были нарушены. Более того, эти результаты находятся в блестящем согласии с предсказаниями квантовой механики, учитывающими все известные особенности реального эксперимента [4].

Переводя все вышеописанное на простой человеческий язык, в случае работы коуча с клиентом коучинга принцип локального реализма выглядит как «особое знание или вера клиента в то, что его ситуация или характер устроены определенным и характерным только для него образом и что повлиять на ситуацию или изменить ее, увидев другую перспективу, не представляется возможным». Опыты ученых доказывают, что таких статичных характеристик нет в природе. Это означает, что наша мысль «в будущее» может формировать кардинально отличающуюся от, казалось, «логичных, основанных на анализе прошлого цепочке фактов» реальность. В коучинге это называется «визуализация будущей цели/результата», когда клиент осознанно погружается в создание модели будущего и затем создает конкретный план действий из будущего к сегодняшнему дню, не опираясь на прошлый, возможно неудачный опыт.

Если мы посмотрим на квантовую физику с другой стороны, то, например, частицы в квантовой физике описываются волновыми функциями с разными амплитудами вероятности. Так, используя подобие таких волновых функций, ученые еще в 2008 году показали превосходство квантовой модели случайных блужданий в цепи Маркова над классическим вариантом. Це́пь Ма́ркова — последовательность случайных событий с конечным или счётным числом исходов, где вероятность наступления каждого события зависит от состояния, достигнутого в пре-

дыдущем событии [2]. Характеризуется тем свойством, что при фиксированном настоящем будущее независимо от прошлого. Названа в честь А. А. Маркова (старшего), который впервые ввёл это понятие.

Иными словами, квантовая физика в очередной раз доказала, что, выходя на определенный уровень личной осознанности *(осознанность — это умение отслеживать и управлять текущим моментом без «уходов» в анализ прошлого)*, любой ментально здоровый взрослый человек может не только спрогнозировать, но и достаточно быстро материализовать (реализовать) на первый взгляд кажущиеся ему невозможными или невероятными новые сценарии, достигая «недостижимых для него ранее» результатов в своей жизни. Отмечу, что я имею в виду именно ментально здоровых взрослых людей, которые в состоянии осознавать и анализировать окружающий их мир, постоянно работая над собой и своим восприятием мира.

Интересно, что именно коучинговая методология позволяет человеку выйти на достаточно высокий уровень осознанности, то есть ясно осознать, что его окружает сегодня, посмотреть на себя и ситуацию с другой перспективы, оценить свои возможности и эффективно достигать, казалось бы, невероятных для этого человека результатов.

4. Как связан коучинг и методология коучинга с нейробиологией, и причем тут нейронные связи?

Самое важное открытие в нейробиологии последних лет — нейропластичность нашего мозга. Феномен нейропластичности заключается в том, что наш мозг способен меняться в ответ на новый опыт, порождая новые нейронные связи, тогда как старые нейронные связи разрушаются, если они не используются (не задействованы). Благодаря этому вы можете радикально «менять» свой мозг (в смысле нейронных связей), пока живете, дышите и думаете. Наш мозг развивается и меняется (с т. зр. образования и/или распада нейронных связей) только в условиях получения новых знаний с обязательным применением этих знаний на практике. При этом не имеет никакого значения, сколько вам лет, 10, 20 или 75. Нейронные связи прочно закрепляют наши повторяющиеся действия, мысли, эмоциональные реакции и действия. Чаще всего нейронные связи возникают при регулярном повторении одного и того же действия (так же как и часто возникающей мысли-интерпретации) и/или сильного эмоционального потрясения. Таким об-

разом, при возникновении в жизни какой-то новой ситуации наш мозг активирует наиболее подходящую нейронную связь, и мы практически на автомате выдаем во внешний мир свое решение, реакцию или совершаем определенное действие, продиктованное испытанной нами эмоцией.

Привычки также закрепляются в головном мозге цепочкой нейронов, а мы с вами хорошо знаем, что привычка связана не только с определенными действиями, но и с мыслями. Ведь убеждения, с которыми также часто «работают» коучи, не что иное, как привычка думать определенным образом.

Коучинговая методология создает условия для смены поведения, эмоциональных реакций, обнаружения и принятия новых, не испробованных ранее решений, привычек делать и думать определенным образом. Также коучинговая методология тесно связана с формированием нового взгляда на ситуацию, что влечет за собой смену эмоций для уже, казалось бы, привычных клиенту окружающих обстоятельств. И во время работы человека с коучем, при определенном количестве повторений и/или сильной эмоции осознания «по-новому», в головном мозге этого человека возникают новые нейронные связи, которые, при осознанном управлении, прочно закрепляются через некоторое время. Благодаря этому распадаются «старые» нейронные связи, связывавшие человека с его прошлым (как делал или как думал раньше, не получая нужного результата). В результате клиент коучинга начинает думать, видеть, решать по-другому, не так, как в недавнем прошлом.

Иными словами, коучинговая методология позволяет работать над созданием у человека системных изменений нейронных связей, когда клиент ставит перед собой ту или иную цель, хочет ее достичь и достигает, меняя свои привычки, реакции, поведение и пр.

Некоторые коучи часто могут услышать от клиентов такие высказывания, как: «Это, казалось, было невозможно, но я этого достиг, и быстрее, чем предполагал!» или «Я не думал/а раньше, что моя мечта может стать реальностью!» и пр. Ряд открытий в направлении квантовой физики и нейробиологии мозга дает нам новое понимание факта соединения мысли и последующей реальности. То есть методология коучинга позволяет прогнозировать и реализовывать будущее, не опираясь только на опыт прошлого, и создает условия для системных изменений нейронных связей человека, что ведет к системным изменениям его жизни в желаемом этим человеком направлении.

Накопленные к сегодняшнему дню знания о мозге и открытия квантовой физики могут в будущем значимо изменить не только понимание природы человека, эмоций и поступков, но и в целом подходы в психологии. Коучинг, на мой взгляд, постепенно становится направлением, которое является проводником для повседневного использования новых открытий в науке (квантовая физика, нейронаука).

Необходимо создание всероссийской статистики эффективности коучинговых результатов, например, на платформе АРК, когда каждый клиент сможет оставлять свою оценку результата согласно единой анкете. Это позволит делать более конкретные выводы об эффективности коучинговой методологии на основе цифр, а не досужих домыслов или предположений.

Здесь также важно отметить, что статистика будет работать и даст статистически значимое обоснование эффективности, когда не менее 300 коучей подключатся к этой программе сбора данных и достигнут договоренности со своими клиентами о заполнении обратной связи с оценкой результатов.

Заключение

1. У коучинга есть мощная методология, но в силу молодости этого направления и не учтенных ранее знаний в направлении нейро- и квантовой наук при использовании коучинговых технологий, эта методология достаточно часто подвергается критике. Коучингу не хватает (вернее, ее просто нет) доказательной базы по результативности, что, собственно, размывает ценность. Доказательную базу необходимо начать создавать и нарабатывать для использования в дальнейшем при продвижении коучинговых услуг.

2. Коучингу как направлению, клиентам и коучам в частности, не хватает понимания связи коучинговых подходов с учеными разработками в направлении нейробиологии и физики. Это одна из причин размывания ценности коучинговых результатов среди потенциальных клиентов и отнесения коучинга к разряду «от лукавого».

3. Хотя коучинг заимствовал из позитивной психологии несколько важных и действенных инструментов, квантовые и нейрооткрытия дают обоснование иного механизма процессов, которые коучинговые техники стимулируют в головном мозге взрослого здорового человека, и дают понимание критических различий от техник работы с клиентом/человеком психолога или психотерапевта.

Список литературы

1. Верхозин А. Н. Неравенство Белла в доступном изложении // 2018.— URL: http://www.sciteclibrary.ru/texsts/rus/stat/st6508.pdf

2. Коннор Д. О., И. Макдерморт. Искусство системного мышления. М.: Альпина Паблишер, 2014.

3. Юдковски Э. Неадекватное равновесие (Inadequate Equilibria, by Eliezer Yudkowsky) // Machine Intelligence Research Institute Berkeley 94704 United States of America intelligence.org 2017

4.Aspect Alain. Bell's theorem: the naive view of an experimentalis. Доклад на конференции памяти Джона Белла (Вена, 2000). Русский перевод: Аспек Алэн. Теорема Белла. Наивный взгляд экспериментатора.— URL: http://extremal-mechanics.org/wp-content/uploads/2012/10/aspek_teorema_bella1.pdf

5. Ji-An Li, Daoyi Dong, Zhengde Wei, Ying Liu, Yu Pan, Franco Nori & Xiaochu Zhang, Quantum reinforcement learning during human decision-making. Nature Human Behavior, 20.01.2020.— URL: https://www.nature.com/articles/s41562–019–0804–2

КОУЧИНГ КАК НАУЧНОЕ ЗНАНИЕ: ОБЗОР АКТУАЛЬНЫХ ПРОБЛЕМ

Вострухина Наталья Викторовна
член правления АРК,
руководитель комитета ДПО
и комитета аккредитации образовательных программ АРК
E-mail: natalia.vostrukhina@coach-rus.org

DOI: 10.38006/907345-57-7.45.49

Аннотация: *в статье обсуждается вопрос отнесения коучинга к науке. Рассматриваются проблемы предмета, объекта, метода и методологии коучинга. Анализируются уже присущие коучингу характеристики, позволяющие отнести его к знанию научному. Обнаруживается предполагаемая зона ближайшего развития коучинга как молодой формирующейся науки.*

Ключевые слова: *коучинг, наука, методология, проблема, эвристика, принцип системности.*

Научное знание весьма многообразно. Оно и теоретическое, и экспериментальное, и прикладное, и фундаментальное. Наука была и остается, прежде всего, средством формирования научной картины мира. Научная картина мира — особая форма теоретического знания, репрезентирующая предмет исследования науки соответственно определённому этапу её исторического развития, посредством которой интегрируются и систематизируются конкретные знания, полученные в различных областях научного поиска [3]. Однако все научные знания должны соответствовать определенным критериям. Наука воспринимает реальность «как совокупность причинно обусловленных естественных событий и процессов, охватываемых закономерностью» [4]. Помимо этого, критериями научного знания в сфере науки считаются: «наличие предмета исследования; выработка соответствующего понятийного аппарата; установление фундаментальных законов, присущих предмету; открытие принципов или создание теории, позволяющих объяснять факты» [2].

Является ли коучинг наукой или может ли стать таковой? Вопрос сложный, дискуссионный. В первую очередь потому, что в качестве предмета исследования придется заявлять не только личность коучи, но и все разнообразие связей самой личности и ее свойств с системами большего порядка, чем сама личность является. Возможно, все, кроме личности коучи, стоит причислить к объекту исследования коучинга как науки или потенциальной науки, поскольку объект всегда шире предмета. Оставим такой порядок вещей предположением, требующим дальнейшей разработки.

Еще одна немаловажная и обязательная характеристика любой науки — практическая значимость. Коучинг этой характеристике, безусловно, соответствует. В этом отношении нам видится аналогия с философией, которую часто отделяют от науки, несмотря на то, что она (философия) часто оказывается ближе к обыденному здравому смыслу, чем наука, использующая абстрактные символы, строя их в единую систему. Над практической значимостью философии до сих пор ведутся дебаты, впрочем, как и над аналогичной характеристикой коучинга.

Есть ли у коучинга понятийный аппарат? Есть, но не универсальный для коучей, относящих себя к разным школам коучинга, коих на сегодняшний день великое множество. Не существует даже единого определения самого коучинга, хотя многочисленные определения, приводимые в литературе, аналогичны по своему смысловому наполнению.

В современной науке просматривается тенденция к нелинейности методологии, а значит отказ от однозначности и унифицированности, признание права на существование за методологией разветвляющего поиска и вариативного знания. Коучинг именно таков и в отношении методологии, которая все же существует, но не является до конца изложенной, синхронизированной, собранной воедино, и в то же время она вариативна и открыта: принимает и аккумулирует лучшее работающее и имеющее практическую значимость из наук смежных.

Для того чтобы установить фундаментальные законы, присущие предмету, открыть принципы или создать теорию, позволяющую объяснять факты, необходимы способы, приемы и средства. В широком смысле слова метод — это путь к чему-либо. Методология же — это система способов и приемов и учение об этой системе (общая теория метода). Проблемы метода и методологии существуют в любой науке, какой бы разработанной она ни была. Существуют ли методы и методология коучинга? Да, однако в разрозненном виде, с учетом заим-

ствования методов из смежных областей и наличия лишь гипотез (или даже предположений) эффективности их применения.

Еще в 1913 году А. А. Богданов в своей работе «Тектология. Всеобщая организационная наука» писал о том, что позже сформирует некоторые положения кибернетики и системной теории. Схема развития по А. Богданову включает следующие элементы:

1. Исходная система находится в состоянии подвижного равновесия. Ей, как и окружающей среде, присуща изначальная разнородность. Изменения среды приводят к нарушению равновесного состояния системы.

2. В системе, выведенной из равновесия, начинает действовать закон системного расхождения. Согласно ему, возможно образование дополнительных связей, ответственных за повышение интегративности системы. Им сопутствует и противоположная тенденция. Системное расхождение порождает системные противоречия, которые, повышая неустойчивость системы, ведут к ее дезорганизации и кризису. Образование новой системы, завершающее кризис предшествующей, восстанавливает равновесие со средой.

Отсюда проистекает принцип системности, или системный подход в коучинге, а также возможность инновационного применения, по меркам многовековой истории науки, раздела методологии — эвристики.

Эвристика — своеобразная методология, совокупность методов творческой деятельности. Она опирается на методы, применение которых позволяет сократить время решения проблемы по сравнению с методами иными. Эвристику составляют все вторичные, неточные методологические подходы, которым «не место» в научном знании. С эвристикой связывают вдохновение, озарения, бессознательные предпочтения и многое другое, что невозможно посчитать, пощупать, подержать в руках. Этот раздел методологии до сих пор не получил официального признания. Однако именно эвристический тип мышления порождает оригинальные, нетривиальные решения, являясь связующим звеном научного и ненаучного знания. Эвристическое рассуждение должно рассматриваться не как окончательное и строгое, а как предварительное и правдоподобное. Эвристические рассуждения, как правило, основываются на аналогии и индукции.

Безотказно действующие правила как условия эвристики невозможны, можно говорить лишь о типических особенностях и свойствах, обнаруженных во время эвристического поиска. Эвристика не предполагает наличия стереотипов

и правил, расположенных в строгой последовательности и сформулированных во всеобщем виде. В ней новизна сопровождает как сам исследовательский процесс, выбор методов и методик поиска, так и его результат.

Методология коучинга на сегодняшний день во многом эвристична, что свойственно для всех молодых наук или тех областей знаний, которые находятся в процессе трансформации в знание научное.

Элементами научного метода являются теории, гипотезы, научные законы, научное моделирование, эксперименты, научные исследования, наблюдения, измерения. И здесь у коучинга есть неоспоримая зона роста. Не стоит также забывать о возможности обоснования научных знаний без применения научного метода, которая вполне признается современной наукой. Примером подобного признания является обоснование Коперником гелиоцентрической системы. Всем вышесказанным мы ни в коей мере не призываем останавливаться и ограничиваться лишь эвристическими методами, но обращаем внимание на их свойственность всем наукам, находящимся на стадии формирования своего понятийного аппарата, законов и теории.

Что же впереди? Какова «зона ближайшего развития» (по Л. С. Выготскому) для коучинга как науки, если он собирается стать таковой?

Во-первых, решение вопросов терминологии и формирование единого словаря определений терминов в коучинге, применяющихся для русскоязычного пространства коучинга. Начало этой работе положено 3-ей версией Профессионального стандарта «Коуч», разработанного Ассоциацией русскоязычных коучей в 2018 году, приложением к которому является словарь понятий, используемых в профессиональной деятельности коуча.

Во-вторых, методы коучинга, формирующие методологию, требуют «просеивания» через сито эмпирического исследования. Это касается не всех методов, однако часть из них для того, чтобы стать полноправным «кирпичиком» в здании методологии коучинга, в этом нуждаются.

В-третьих, работа по систематизации и классификации вышеуказанных методов может и должна проводиться одновременно с экспериментальной проверкой.

Все это обеспечит трансформацию методологии из эвристической в полностью научную, сохранив, мы надеемся, оригинальность и вдохновение эври-

стики. Затем станет доступно и изложение законченной, но бесконечно развивающейся теории коучинга.

В ходе вышеописанной работы будут, безусловно, возникать иные, более «мелкие» по сравнению с перечисленными, проблемы. Таковой, например, окажется проблема оценки эффективности работы коуча. Особенности коучингового взаимодействия, вероятно, будут «мешать» чистоте теоретических, эмпирических и прикладных исследований. Все это будет происходить, однако уже сейчас есть ряд интересных коучинговых исследований, которые в будущем позволят собрать пазл этой непростой и такой интересной науки воедино.

Список литературы

1. Богданов А. А. Тектология: всеобщая организационная наука. Издание третье, заново переработанное и дополненное.— М., 1989. [Электронный ресурс]: Центр гуманитарных технологий. 07.10.2010. URL: https://gtmarket.ru/laboratory/basis/5909 (дата обращения: 01.08.2020).

2. Кохановский В. П., Золотухина Е. В., Лешкевич Т. Г., Фатхи Т. Б. Философия для аспирантов: Учебное пособие. Изд. 2-е.— Ростов н/Д: Феникс, 2003.— 448 с. (Серия «Высшее образование»).

3. Кузнецова Л. Ф. Научная картина мира // Новейший философский словарь / Гл. науч. ред. и сост. А. А. Грицанов.— Мн., 1999.

4. Лешкевич Т. Г. Философия науки: традиции и новации: Учебное пособие для вузов.— М.: «Издательство ПРИОР», 2001.— 428 с. ISBN 5–7990–0477–9.

5. Никифоров А. Л. Философия науки: история и методология.— М., 1998.

6. Огурцов А. П. Дисциплинарная структура науки.— М., 1988.— С. 63.

ПРОБЛЕМЫ МЕТОДОЛОГИИ КОУЧИНГА. РЕЧЬ КАК МЕТОД: СПЕЦИФИКА, ОСОБЕННОСТИ

Вострухина Наталья Викторовна
член правления АРК,
руководитель комитета ДПО
и комитета аккредитации образовательных программ АРК
E-mail: natalia.vostrukhina@coach-rus.org

DOI: 10.38006/907345-57-7.50.53

Аннотация: *статья посвящена анализу проблем методологии коучинга, а также речи как метода коучинга, ее специфике и особенностям. Обсуждаются вопросы методологии гуманитарных наук, к коим коучинг относится. Раскрывается связь между речью в процессе коучинга и ожидаемыми результатами коучингового взаимодействия. Центральное место отведено анализу предпосылок применения различных речевых инструментов в коучинге.*

Ключевые слова: *коучинг, речь, методология, метод, диалог, поведение, результативность, личность.*

Основания методологии коучинга требуют изучения и прояснения. Основания любой методологии, в том числе и коучинговой, лежат на стыке многих наук: философии, психологии, системологии, этики и включают в себя особенности, принципы, условия и нормы деятельности. Цель любой методологии — «создание условий для развития любой деятельности: научной, инженерной, художественной, методологической и т.д.» [6]. В методологии помимо оснований и вышеуказанных характеристик деятельности выделяют логическую структуру деятельности, временную структуру деятельности и технологии, к которым и относится речь как метод коучинга.

Коучинг появился одновременно с постантропологической парадигмой человека, который способен изменяться и развиваться самостоятельно, меняя в том числе свое сознание и преобразовывая в итоге свою жизнь [5]. Л. С. Выготский еще в начале 20 века изложил идею трансформации сознания путем развития высших психических функций на основе низших. Согласно данной концепции,

развитие сознания человека обусловлено наличием культурных орудий и знаков, с помощью которых и происходит развитие. Примером подобного культурного орудия и является коучинг. Философской основой коучинга является конструктивизм. В соответствии с ним сознание субъекта не только отражает окружающий мир, но и активно конструирует его [4].

Коучинг основан на субъект-субъектной парадигме взаимодействия, провозглашенной так называемой педагогикой сотрудничества, близкой также к креативной педагогике, вдохновителем которых считается С. Л. Соловейчик, опиравшийся в том числе на так и не исследованную и не обобщенную до конца концепцию диалогизма М. М. Бахтина, обосновавшую новый для своего времени тип рефлексии, опирающийся на субъект-субъектные отношения в противовес субъект-объектным.

Говоря о методологии коучинга, о речи как о методе коучинга, нельзя не упомянуть особенности методологии гуманитарных наук, к коим коучинг, безусловно, относится. В фокусе внимания гуманитарных наук — личность, в отличие от вещи в фокусе наук естественных (по М. Бахтину). И поскольку личность к вещи не сводима, то для ее понимания необходимо поставить себя на место познаваемого, вжиться в него, как будто бы превратить его мысли и чувства в собственные. С другой стороны, пределов у личности нет и поэтому познать себя до конца не может даже она сама. При этом М. Бахтин считает, что генерализация и формализация «стирают границы между гением и бездарностью» [3] и не учитывают человеческую неповторимость, а значит, неприемлемы во время любого взаимодействия с личностью. Отсюда проистекает многофокусность внимания коуча, который в процессе коучингового взаимодействия во многом работает собственной личностью, и от ее особенностей зависит в том числе результативность работы, также неповторяемость и невоспроизводимость отдельно взятой коуч-сессии — каждая из них уникальна и не терпит сослагательного наклонения в оценке как процесса, так и результата. Вышесказанное приближает нас к еще одной не решенной до сих пор методологической задаче коучинга — оценке работы коуча. К решению данного вопроса некоторые авторы лишь приближаются в своих исследованиях, однако комплексной методики оценки на сегодняшний день не существует.

Однако вернемся к основному методу коучинга — речи. Почему речь важна наряду с иными психическими феноменами, которым коучинг уделяет безус-

ловное внимание? Обратимся снова к М. М. Бахтину. Он говорил о том, что для того чтобы понять личность, нужно приблизиться к ней и выслушать ее. Объект познания в данном случае выступает через слова и действия. При этом личность постоянно меняется, и эти изменения необходимо учитывать в процессе взаимодействия. Концепция диалогизма М. М. Бахтина, а также диалогичность сознания, открытая Л. С. Выготским, «предписывают» нам от внутреннего диалога с воображаемым собеседником перейти к диалогу со специалистом, что позволяет развиваться, базируясь на обмене идеями, меняющими восприятие и отношение к различным объектам и субъектам реальности всех участников диалога. Говоря о коучинге, мы говорим о диалоге, а значит, о речи как коуча, так и коучи как одном из методов, но крайне немаловажном в коучинге. Какова эта речь? М. М. Бахтин говорил о том, что от познающего требуется вжиться в познаваемого, проявить эмпатию. М. М. Бахтин утверждал, что интерпретация всегда субъективна и, интерпретируя происходящее, в том числе сказанное, мы привносим множество дополнительных смыслов в высказывание или событие обсуждаемое. При этом, по М. М. Бахтину, человека нужно не объяснять, а понимать, а понимание всегда диалогично, однако, свободно от тех самых интерпретаций. Как этого достичь? Путем и эмпатичного слушания как одного из речевых методов коучинга, и пауз, и парафраза, и демонстрации внимания к словам и состояниям коучи, и пропорций речи коуча и коучи во время коучингового взаимодействия в приблизительном соотношении 20/80. Все это позволяет коучи свободно выражать свои эмоции и оречевлять мысли.

Помимо вышесказанного, следует уделить внимание речи как источнику формирования произвольного поведения, которое, в свою очередь, приводит к реализации целей коучингового взаимодействия. Эта тема крайне важна по причине безусловных ожиданий изменений непосредственно в реальной жизни коучи по итогам коучингового взаимодействия, реализующихся посредством новых выборов, поступков, способов коммуникации, освобождения от ранее используемых автоматизмов повседневности. В соответствии с представлениями Л. С. Выготского, собственная речь (внешняя и внутренняя) служит организатором поведения. Также, по Л. С. Выготскому, «… это позволяет обрести относительную свободу от ситуации и преобразовать импульсивные движения в планируемое, организованное поведение» [1]. Данное утверждение во многом объясняет смысл и результативность речевого моделирования предполагаемых коучи жизненных

ситуаций, желаемых к реализации проговариваемым способом. Здесь же стоит снова обратить внимание на диалогичность, наличие слушателя (коуча) и проговаривание вслух, так как именно таким образом, слыша себя, возможно менять восприятие существующей и ожидаемой моделируемой словесно ситуации.

В настоящей статье изложен лишь короткий, в первом приближении обзор проблем методологии коучинга, а также речи как одного из методов. Продолжение исследования темы предполагает знакомство с теорией неврологических уровней построения психофизиологических процессов, предложенной Н. А. Берштейном, а также их связи со ступенями осознания, сформулированными и разъясненными А. Н. Леонтьевым, однако не изученными и детально не разработанными в комплексе, что могло бы быть чрезвычайно полезно для понимания места и роли речи и ее специфики в процессе коучингового взаимодействия.

Список литературы

1. Бахтин М. М. Собр. соч.в 7 т.— Т. 6.— М.: Русские словари, 2002.— С. 432.

2. Бахтин М. М. Эстетика словесного творчества. [Электронный ресурс]: Театральная библиотека. URL: http://teatr-lib.ru/Library/Bahtin/esthetic/#_Toc225599048 (дата обращения 01.08.2020).

3. Выготский Л. С. 1983.— Т. 6: 24. //Педагогика, 1984.

4. Джерджен К. Социальный конструкционизм: знание и практика.— Минск: БГУ, 2003.

5. Мамедов Н. М. Природа и сущность человека. [Электронный ресурс]: VIPPERSON. URL: http://region.viperson.ru/wind.php? ID=674779 (дата обращения: 01.08.2020).

6. Розин В. М. Философия и методология: традиции и современность // Вопросы философии.— 1996.— № 11.— С. 61.

МЕТОДОЛОГИЯ КОУЧИНГА: БАЗОВЫЕ ПОНЯТИЯ И ИДЕИ

Гузеев Дмитрий Николаевич
супервизор АРК, коуч-мастер АРК
E-mail: guzeevd@gmail.com

DOI: 10.38006/907345-57-7.54.58

Аннотация: *коучинг — это молодая и бурно развивающаяся «помогающая» практика. Коучинг проходит стадию становления, когда необходимо выяснить и отрефлексировать научные, методологические основания коучинга. В статье предпринята попытка рефлексии практики коучинга. Автор считает, что для развития практики коучинга важно единое понимание терминов и понятий. Также важно для того, чтобы были видны границы и точки соприкосновения коучинга с другими помогающими практиками: психологическим консультированием, наставничеством, менеджментом, модерацией, фасилитацией, медиацией.*

Ключевые слова: *коучинг, методология, практика коучинга, рефлексия, осознанность, свобода, выбор.*

В процессе коучинга клиент моделирует вариант желаемого/потребного будущего [9] (термин «потребное будущее» использовал Н. А. Бернштейн [4]). Важно отметить, что такое моделирование возможно тогда, когда клиент уже достаточно «плотно» познакомился с действительным положением вещей, так-как-оно-есть-здесь-и-сейчас, т.е. с *таковостью* своего существования [3] (А. Бейсер «Теория парадоксальных изменений»). Только тогда возможно формирование и моделирование иного положения дел и вещей. Коуч нужен тогда, когда требуется раскрыть и реализовать интеллектуальный и эмоциональный потенциал клиента.

Моделирование будущего может неосведомленному человеку показаться чем-то простым и легким. Но по факту это одна из сложных и энергозатратных (если не самая сложная) задач для нашего мозга: «создавать иной/возможный образ мира». Вот эта инаковость находится в диалектических отношениях с *тако-*

востью. По-другому это можно сформулировать как единство и конфликт между желаемым и возможным.

Тут стоит упомянуть Жака Лакана, который отличал желание от потребности [5]. Структура желания очень проста и состоит из двух элементов: представления и отношения к нему. Представление — это образ будущего. Он может быть выражен в форме цели, картины мира. Важным является качество этого представления. То, насколько этот образ будущего является четким и ясным для его автора. Это представление состоит из трех базовых «кирпичиков». Это визуальные образы, аудиальные и тактильные. Важно обращать внимание, насколько этот образ логически проработан.

Рабочие вопросы коуча: что ты хочешь иметь, что хочешь делать, кем хочешь быть, что случится/произойдет в мире, если ты достигнешь этой цели?

Однако одного только формирования представления и образа будущего недостаточно. Важно обнаружить и проанализировать эмоциональное отношение клиента к этому представлению/образу. Важным сигналом позитивного образа будущего является подъем энергии у клиента. Что зачастую выражается в готовности клиента начать делать, зачастую начать делать прямо здесь и сейчас.

Коуч работает на границе контакта клиента [7] (Э. Нэвис «Организационное консультирование») между возможным и желаемым, *таковостью и инаковостью*. Его, коуча, задача амбивалентна. С одной стороны, он подвергает сомнению образ мира клиента, его убеждения и даже ценности, побуждает клиента исследовать предельные основания своей жизни, его мировоззрение и жизненную философию, с другой, коуч поддерживает клиента в формировании нового образа мира, формировании его новых убеждений и ценностей, его новой идентичности. Важнейшим инструментом работы коуча является качество его присутствия. Присутствие — это не просто наблюдение или отстраненное созерцание. Присутствие — это состояние вовлеченности, но не захваченности. Заинтересованное участие в жизни клиента, которое сочетается с уважением к его свободе и выбору. Коуч должен уметь держать это рабочее напряжение. Только тогда присутствие коуча качественно и эффективно влияет на жизнь клиента. Баланс между вызовом и поддержкой можно сравнить с балансом, который требуется удерживать канатоходцу, чтобы не упасть. Присутствие — это главный и основополагающий «инструмент» работы коуча.

Уровни интервенций коуча (от внутреннего к внешнему):

1. Присутствие.

2. Наблюдение.

3. Прерывание (часто в форме вопроса).

4. Гипостазирование (часто в форме вопроса).

5. Обобщение (в форме общих понятий, суждений, утверждений, умозаключений).

6. Проектирование (проектирование действий).

7. Резюмирование (подведение итогов).

Моделирование будущего — это не фантазирование, оторванное от реальности. Во время фантазирования мысль может полностью игнорировать законы этого мира. Фантазирование в форме патологии может быть вариантом шизофрении, когда человек проживает в выдуманном иллюзорном мире (или не отличает воображаемого от действительного). Предельным вариантом фантазирования является магическое/первобытное мышление [6].

Моделирование будущего также очень важно отличать от прогнозирования или классического планирования, когда мы берем данные и делаем предположение о будущем. Такой подход: было — есть — будет, конечно, оправдан и может быть эффективным в определенных условиях. Такой подход исходит из детерминистской картины мира, что будущее запрограммировано/зашифровано в прошлом. Будущее сформировано и определено наличным положением дел. Неопределенность будущего лишь следствие слабости наших интеллектуальных способностей и незнания исходных условий прошлого. Водораздел этих представлений о природе мира лежит в понимании неопределенности будущего. Неопределенность будущего как незнание или как базовая «настройка» этого мира [8].

Опережающее отражение реальности [1] (П. К. Анохин) — это то, что сделало человека человеком, позволило сформировать культуру как «вторую природу». Человек получил мощное эволюционное преимущество именно благодаря тому, что научился реагировать не на то, что уже случилось или происходит в моменте, но на то, чему еще предстоит произойти. Человек учится и развивает свои навыки избыточно, осваивает то, что не актуально в настоящий момент. Мозг человека — это мощнейший инструмент моделирования реальности, но не той, что есть, а той, что только зарождается, которая предстоит. Человек находится между реальностью и возможностью. Между потребностью/нуждой, нехваткой и желанием — избытком, наполненностью и ресурсностью. Это два разных самовос-

приятия, самосознания и самочувствования человека. Человек как автор или как «тварь» (в онтологическом смысле, как результат творения).

Неопределенность на онтологическом уровне — это случайность [8]. На антропологическом — это свобода, свобода в первую очередь как свобода выбора. Сартр: «Свобода человека проявляется в том, что человек может сделать с тем, что сделано с ним».

Контакт с собой, с реальностью, осознанность — это все про понимание наличного положения дела, *таковости*. Осознанность дает возможность вырваться из захваченности этим миром и возвыситься над ним и в конечном итоге над собой. Это момент свободы или выбора. Без осознания нет выбора. Выбор создает возможность для ответственности, когда человек не объект жизненных обстоятельств, а субъект своей жизни.

Итак, моделирование будущего (или опережающее отражение) строится по схеме: образ желаемого будущего — настоящее — поступок [2]. Поступок — это действие человека, которое не детерминировано обстоятельствами среды и событиями прошлого, но образом потребного/желаемого будущего. Моделирование будущего возможно при наличии активной, сознательной (сознающей) позиции человека, свободе выбора и ответственности. Важно отметить, что моделирование будущего происходит только в моменте здесь-и-сейчас, и результаты этого моделирования в форме самосбывающихся пророчеств оказывают влияние не на будущее, а на настоящее положение дел и состояние клиента.

В конце хочу отметить, что моделирование желаемого будущего возможно и желательно не только в индивидуальном, но и в групповом формате, как формирование совместного желаемого будущего. В этом смысле коучинг может быть семейным, групповым, командным, организационным и т. д. по нарастанию уровня системной сложности.

Список литературы

1. Анохин П. К. Философские аспекты теории функциональной системы: избр. тр. / Отв. ред. Ф. В. Константинов, Б. Ф. Ломов, В. Б. Швырков; АН СССР, Ин-т психологии.— М.: Наука, 1978.— 399 с.: ил.— Библиогр. в конце работ.

2. Бахтин М. М. К философии поступка // Бахтин М. М. Собр. соч.: в 7 т.— Т. 1.— М.: Русские словари, 2003.— С. 7–68.

3. Бейссер А. Парадоксальная теория изменений // Журнал практического психолога (специальный выпуск: Восточно-Европейский Гештальт Институт).— 2003.— № 3.— С. 95–100.

4. Бернштейн Н. А. Физиология движений и активность / под ред. О. Г. Газенко; изд. подгот. И. М. Фейгенберг; редкол.: А. А. Баев (пред.) и др.; АН СССР.— М.: Наука, 1990.— 494 с.: 1 л. портр., ил.— (Классики науки).— Библиогр.: с. 80–487.— Имен. указ.: с. 488–491.

5. Лакан Ж. Семинар V «Образования бессознательного», 1957–58 Психология.— Изд-во «Логос», 2002.

6. Леви-Брюль Л. Первобытное мышление.— М., 1930 и 1980; СПб., 2002 (под названием «Первобытный менталитет»), М., 2012 и 2014.

7. Невис Э. Организационное консультирование.— Санкт-Петербург: Издательство Пирожкова, 2002.

8. Пригожин И. Определено ли будущее.— Ижевск: ИКИ, 2005.— 240 с.

9. Фейгенберг И. М. Николай Бернштейн: От рефлекса к модели будущего.— М.: Смысл, 2004.— 239 с. ISBN 5893571614

ЭТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КОУЧИНГА

Гузеев Дмитрий Николаевич
супервизор АРК, коуч-мастер АРК
E-mail: guzeevd@gmail.com

DOI: 10.38006/907345-57-7.59.62

Аннотация: *коучи работает «своей личностью», т.е. весьма активно задействует свою психику. Этика — это своего рода рамка взаимодействия в системе человек — человек. Автор анализирует основы этики как базового элемента человеческой культуры. В статье анализируются виды и типы этической картины мира. Формируются этические принципы работы коуча.*

Ключевые слова: *коучинг, этика, право, мораль, нравственность, осознанность, свобода, ответственность, этические принципы.*

Этика — это система моральных и нравственных норм, которые регулируют человеческие отношения. Это самый широкий спектр отношений: отношение к себе, другому, другим людям. Этические нормы важно отличать от правовых норм, которые обеспечены государством и возможностью принуждения со стороны правоохранительных органов [4]. Этические нормы можно разделить на моральные — это система общепринятых в обществе норм и правил, и нравственные — это система ценностей и норм конкретного человека. Это деление на этику и нравственность достаточно условно [5].

Нормы морали, нравственности и правовые нормы могут совпадать, дополнять друг друга, но могут и противоречить друг другу. Общая характеристика норм — это:

— **универсальность**: я всегда поступаю определенным образом;

— **всеобщность:** я со всеми поступаю определенным образом;

— **обеспеченность:** государством, общественным мнением, личным обещанием или обязательством;

— **системность:** нормы находятся в системе и не противоречат, а дополняют друг друга.

Самым древним этическим принципом считается «золотое правило» — «не делай другим того, чего не желаешь себе». Здесь акцент сделан на том, чего

нужно избегать делать. Другая самая известная формулировка базового этического правила — библейское «возлюби ближнего как самого себя». Тут акцент на том, что стоит делать в отношении другого человека.

Очень важный вклад в учение об этике сделал Аристотель. Этика — учение о Благе [1]. Благо — цель, которая не является средством достижения других целей. Это разделение цели и средства мы позже увидим в категорическом императиве Канта. «Относись к человечеству в своем лице (так же, как и в лице всякого другого) всегда как к цели и никогда — только как к средству» [3].

Мировоззрение человека, его личная философия — это не только его теоретическая часть, представления о мире и своем месте в этом мире. Это еще и практическая часть, сфера практического разума по Канту, сфера поступков.

Коучинг является одной из практик помощи и развития в системе «человек — человек». Взаимодействие в системе «человек — человек» происходит на разных уровнях: телесном, социальном, психологическом. Специалист любой помогающей практики обязан учитывать эти контексты. Для того чтобы взаимодействие было эффективным, коучу важно учитывать пол, возраст, социальное положение человека, т.к. все это явно или неявно влияет на процесс и результат взаимодействия и качество контакта между коучем и коучи. Для эффективной работы коучу требуется установить доверительный контакт с клиентом. Это доверительное общение налагает ряд ограничений на коуча. Это не только про конфиденциальность. По моему глубокому убеждению, только нравственный и моральный человек может быть хорошим коучем.

Итак, человек познает мир теоретически, строя модель этого мира в своей голове, и практически, через деятельность. Теоретическое познание основано на эксперименте. Эксперимент — это основа научного метода. Практическое познание происходит через поступок (по Бахтину). Поступок нужно отличать от просто действия. Не всякое действие — поступок, но только если действие делается осознанно и человеком принята вся полнота ответственности за это действие [2].

Главными понятиями в построении этического компонента картины мира являются понятия свободы и ответственности. Здесь этические основы коучинга тесно переплетаются с его методологическими. Случайность и необходимость в «теоретическом разуме» коррелируют со свободой и ответственностью в «разуме практическом». Об этом подробнее написано в другой моей статье.

Коуч должен осознавать глубинные основания своего собственного мировоззрения и картины мира, а также содействовать клиенту в осознании им его мировоззрения и картины мира.

Таблица: «Свобода и ответственность».

Свобода		
	Волюнтаризм. Свобода есть, отрицается ответственность.	**Гуманизм.** Есть свобода и ответственность.
	Детерминизм. Нет свободы, нет и ответственности.	**Фатализм.** Свободы нет, но есть ответственность.
	Ответственность	

Для прояснения картины мира клиента коучу важно обращать внимание, как клиент сам себе и другим объясняет свои поступки, как он объясняет себе и другим поступки других людей. Отвечая на вопрос о причинах и целях поведения, клиент зачастую «бессознательно» выдает свою «практическую философию».

Есть всего несколько базовых комбинаций свободы и ответственности. Важно отметить, что НЕТ ПРАВИЛЬНОЙ этической системы. Коуч не ставит целью воспитание клиента. Задача коуча — способствовать осознанию клиентом своих этических принципов. Стоит также отметить, что бывает так, что человек в разных отношениях и разных ситуациях придерживается разных этических принципов.

Детерминизм. Нет свободы и ответственности. Поступки людей предопределены событиями прошлого, внешними обстоятельствами. Свобода выбора лишь иллюзия, соответственно, нет и ответственности. «Таким уж я уродился, такая вот была ситуация, любой поступил бы так же, у меня не было выбора».

Волюнтаризм. Свобода есть, нет ответственности. «Я не могу отвечать за последствия своих поступков». Делаю только то, что хочу. Хозяин своего слова —

хочу дам, хочу заберу обратно. В любой момент имею право поменять свое мнение и точку зрения.

Фатализм. Свободы нет, но есть ответственность. Единственно возможный акт свободы — это отказ от нее. Родителей (страну) не выбирают. Кто я такой, чтобы менять устоявшийся порядок вещей. Свобода ведет к хаосу и беспорядку. Лучше плохой мир, чем хорошая война.

Гуманизм. Есть свобода и ответственность. Более того, нет ответственности без свободы и нет свободы без ответственности. По моему мнению, эффективная практика коучинга возможна только в этом сегменте.

Коуч содействует осознанности клиента, уважает выбор клиента и способствует развитию авторства клиента.

Этические принципы коуча:

— Уважение к выбору человека. Люди учатся на ошибках, лучше «плохой» выбор, чем «хорошее» принуждение. Не существует «неправильного» выбора.

— Человек (в том числе и я сам) не может быть средством, только целью. Этот принцип означает отказ от манипуляций (в т.ч. и собой), зависимых и созависимых отношений. Важные практические замечания: финансовые отношения между коучем и клиентом зафиксированы в контракте, коуч не вступает в сексуальные отношения со своими клиентами.

— «Не навреди». Коуч не имеет права гарантировать результат, но дает обещание действовать в интересах клиента, сознательно не вредить клиенту.

— Коуч способствует развитию автономности и авторства у клиента.

Список литературы

1. Аристотель. Этика. К Никомаху.— Издательство «АСТ», 2020.

2. Бахтин М. М. К философии поступка // Бахтин М. М. Собр. соч.: в 7 т.— Т. 1.— М.: Русские словари, 2003.— С. 7–68.

3. Кант И. СОЧИНЕНИЯ В ШЕСТИ ТОМАХ.— М.: Мысль, 1965. (Философ. наследие).— Т. 4.— Ч. I.— С. 311–501.

4. Теория государства и права: Учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности «Юриспруденция» / Алексеев С. С., Архипов С. И., Игнатенко Г. В. и др. // Отв. ред. В. Д. Перевалов.— 3. изд., перераб. и доп.— М.: НОРМА, 2004.

5. Философский энциклопедический словарь [Текст] / гл. ред. Л. Ф. Ильичев и др.— М.: Сов. энциклопедия, 1983.— 839 с.

НАСЛЕДИЕ ВЫГОТСКОГО И ОСНОВЫ КОУЧИНГА. ЗОНА БЛИЖАЙШЕГО РАЗВИТИЯ

Кларин Михаил Владимирович
доктор педагогических наук,
член-корреспондент Российской академии образования,
соучредитель и первый председатель правления АРК,
профессиональный сертифицированный коуч ICF
Web of Science ResearcherID: N-9135–2015
ORCID iD: https://orcid.org/0000–0003–3455–6560
E-mail: consult@klarin.ru

DOI: 10.38006/907345-57-7.63.68

Аннотация: *статья посвящена применению понятия зоны ближайшего развития (ЗБР) Л. С. Выготского в работе коуча, в которой происходит сдвиг фокусировки внимания с обучения на развитие. В коучинге зону ближайшего развития взрослого, профессионала, управленца можно определить посредством тех задач, которые он стремится, но не может адекватно решить сам. Противодействие в статье рассматривается как один из источников развития. Представление о зоне ближайшего развития продуктивно для коучинговой работы и заслуживает того, чтобы стать одной из составляющих подготовки и профессионального развития коучей.*

Ключевые слова: *зона ближайшего развития (ЗБР), развитие, многообразие зон развития, противодействие, смысл, коучинг, коучинговая практика.*

Представление о зоне ближайшего развития (ЗБР) выдвинуто Л. С. Выготским в работах, посвящённых связи обучения и психического развития ребенка (1932–1934 гг.). В традиционном понимании ЗБР — то, что ребенок не умеет сам, но чему может научиться с помощью взрослого (Посредника), который руководит и направляет деятельность ребенка, или с помощью более компетентных партнеров-детей. По словам Выготского, зона ближайшего развития

«определяет функции, не созревшие ещё, но находящиеся в процессе созревания, которые созреют завтра, которые сейчас находятся ещё в зачаточном

состоянии; функции, которые можно назвать не плодами развития, а почками развития, цветами развития, то есть тем, что только созревает» [2].

Важно, что представление о ЗБР создавалось и используется применительно к развитию ребенка в контексте заведомо позитивного педагогического взаимодействия со взрослым.

«Взрослый, неся в себе идеальную форму осваиваемой ребенком культуры, способов действия в ней, вместе с ребенком «создает» необходимые для существования в культуре психические функции и путем обучения «надстраивает» над натуральными функциями высшие психические процессы. Взаимодействие со взрослым, имеющее форму сотрудничества и (или) подражания, оказывается направляющей и организующей силой в психическом развитии ребенка»[7].

На основе классического представления о ЗБР, в течение последних десятилетий исследователи выдвигали свои собственные понятия, показывающие возможные области развития понятия ЗБР. Современные исследователи стремятся учесть *многообразие зон развития*, многомерность его результатов в различных видах социальных взаимодействий. Как пишут В. П. Зинченко и Б. Д. Эльконин:

«Когда Л. Выготский формулировал тезис о зоне ближайшего развития, то едва ли предполагал…, что его собственные представления о развитии выйдут далеко за пределы «зоны ближайшего развития», в которой он размышлял и в которой ему выпало жить» [11].

Эти авторы замечают, что идеальная форма имеет реальных носителей, выступающих посредниками-медиаторами развития. К выделенным Л. С. Выготским трем медиаторам (взрослый-посредник, знак, слово) они предлагают добавить символ и миф (вслед за А. Ф. Лосевым), а также смысл.

В современных исследованиях высказывается идея, что понятие зоны ближайшего развития позволяет охарактеризовать возможности и перспективу развития человека любого возраста [2; 7].

Зону ближайшего развития взрослого, профессионала, управленца можно определить через те задачи, которые он стремится, но не может адекватно решить сам.

В отличие от ситуации обучения детей, в коучинговой работе со взрослыми коуч не находится в позиции «носителя» идеально культурной нормы (готовых норм и образцов действия).

Всегда ли обращение к ЗБР, всегда ли взаимодействие с компетентным и/или авторитетным Посредником благоприятно для личностного роста человека?

Ответ на этот вопрос в условиях сложной социальной реальности неоднозначен. А. Г. Асмолов вводит понятие «*зоны подавляющего и задерживающего развития*» [3]. А. Н. Поддьяков замечает, что

«слишком большая ЗБР ученика может означать не только его способность справляться с новой информацией, но также и его практически неограниченную способность следовать за персонами, более компетентными и влиятельными, чем он сам, соответствуя любым внешним требованиям» [8].

А. Н. Поддьяков наметил особую перспективу разработки теории и практики развития; он исследовал феномены развития в условиях противодействия приобретению опыта, обучению и развитию, выявил «парадоксальное положительное влияние социального противодействия на развитие», выдвинул идею *зоны ближайшего развития при противодействии*, определив её как

«то, чему субъект не может научиться сам, но чему может научиться и что может развить в противодействии с другим» [8].

Эмпирически подтверждается, что противодействие, в том числе намеренное, может стать одним из источников развития. Работа с опытом преодоления противодействий — важное содержание коучинговых диалогов и одна из значимых областей коучинговой практики.

На первый взгляд может показаться, что задачи «прохода» человека в ЗБР одинаковы для обучения и коучинга как развивающей практики. Однако есть важное отличие, связанное с тем, что применительно к образовательным ситуациям Е. Л. Доценко назвал «избирательной распаковкой» педагогами определенных ресурсов человека с отсечением всего, что не соответствует педагогическим замыслам (по сути, социальным заказам), и, как следствие, «наложение ограничений на развитие и личностный рост» [4]. Не случайно А. Н. Поддьяков предлагает ввести континуум зон:

«- зона обязательных деятельностей и действий, неисполнение которых наказывается в той или иной форме;

— зона поощряемых (но не строго обязательных) деятельностей и действий;

— зона свободного движения;

— зона не одобряемых, но и не наказываемых деятельностей и действий;

— зона запрещенных деятельностей и действий» [1].

Перенесенное на развитие взрослых представление о зоне ближайшего развития реализуется, скорее, как идея «растяжки» (stretch). Для практики коучинга важным представляется различение и осознанное сканирование всех зон возможного развития. Определение возможностей каждой зоны, поиск ресурсов, оценка возможностей и рисков в коучинге становятся предметами осознанного выбора самого человека. Задачами коучинговой поддержки являются удержание фокуса внимания на намерениях, целях, смыслах, удержание рефлексивной позиции человека в мысленных и реальных пробах, освоении новых способов действий. Особая область работы коуча — поддержка личностного выбора в ситуациях столкновений намерений человека с ограничениями зон возможного развития, намерениями, ожиданиями и действиями ключевых акторов его жизненного и/или профессионального и делового окружения.

В коучинге происходит сдвиг фокусировки внимания с обучения на развитие [7; 11]. Коуч выступает не как источник культурной нормы (эта роль реализуется в других видах социальной практики развития взрослых, прежде всего образовательных), но как значимый «Другой», партнер по рефлексии, источник поддержки и вызова, которые стимулируют и поддерживают развитие. Коуч помогает человеку: прояснить и уточнить смыслы, области и цели его развития, проверить цели и задачи на органичность миру личности, реалистичность, расставить приоритеты, сформулировать цели и измеримые показатели их достижения, выстроить программу своего развития, план достижения результатов, отслеживать продвижение к поставленным целям, вносить в программу развития нужные изменения [9; 4]. Для коучинговой практики центральное значение имеют фигуры смысла как принципиально внутреннего явления и коуча как такого посредника, который фокусирует внимание на смысле.

Обращение современной психологии к введенному Л. С. Выготским понятию зоны ближайшего развития даёт результаты, использование которых продуктивно для коучинговой практики. В частности, считаю продуктивным для поддержки осознанной позиции клиентов коучинга направлять внимание на широкий спектр зон развития. Значимым для коучинга я считаю и фокусировку внимания на столкновении неоднозначных противонаправленных воздействий социума, поддерживающих и противодействующих развитию личности, осознанному личностному выбору. Важным для развития коучинга как профессии является расширение понятия ЗБР на профессиональное развитие коучей (применительно к педаго-

гической профессии предложено Г. Дэниэлсом и А. Н. Поддьяковым). Представление о зоне ближайшего развития продуктивно для коучинговой работы и заслуживает того, чтобы стать одной из составляющих подготовки и профессионального развития коучей.

Список литературы

1. Асмолов А. Г. Культурно-историческая психология и конструирование миров. Психолог. Психопедагог. Психоисторик.— М.: Ин-т практ. психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996.— С. 663–664.

2. Выготский Л. С. Динамика умственного развития школьника в связи с обучением // Выготский Л. С. Педагогическая психология.— М.: Педагогика, 1991.— С. 391–410.

3. Гутман В. В. Зона ближайшего развития: диапазон применения понятия в образовательном пространстве вуза // Вестник ДВГСГА. Гуманитарные науки.— 2010.— № 1/2 (5).— С. 5–10.

4. Доценко Е. Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита.— М.: ЧеРо, 1997.— С. 297.

5. Кларин М. В. Коучинг // Большая российская энциклопедия.— М.: Большая российская энциклопедия, 2017.— Интернет-ресурс https://bigenc.ru/psychology/text/5094802 (доступ 30.09.2020).

6. Кларин М. В. Профессиональный стандарт «коуч»: развитие коучинга как профессии // Организационная психология.— 2014.— Т. 4.— № 1.— С. 6–12.

7. Котляр И. А. Зона ближайшего развития как проблема современной психологии. Сообщение 1 // Психологическая наука и образование.— 2002.— Т. 7.— № 1.— С. 42–50.

8. Марков В. Н. Профессиональный потенциал и зона ближайшего профессионального развития // Акмеологическое исследование потенциала, резервов и ресурсов человека: сб. ст.— М.: Изд-во РАГС, 2005.— С. 75–88.

9. Поддьяков А. Н. Зоны развития, зоны противодействия и пространство ответственности // Культурно-историческая психология.— 2006.— № 2.— С. 68–69.

10. Поддьяков А. Н. Зоны развития, зоны противодействия и пространство ответственности // Культурно-историческая психология.— 2006.— № 2.— С. 4.

11. Эльконин Б. Д., Зинченко В. П. Психология развития (по мотивам Л. Выготского). Интернет-ресурс. https://www.psychology-online.net/articles/doc-738.html (доступ 30.09.2020).

12. Klarin M. V., Choukhno J., Kosyaeva T. Shift from Education to Development: Leaders and Coaches in Search of Shared Wisdom. International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education. 2016. Vol. 4. No. 2. P. 23–29. DOI: https://doi.org/10.5937/IJCRSEE1602023C

МЕТОДОЛОГИЯ КОУЧИНГА И ЕГО СИСТЕМНАЯ РОЛЬ В ПОЛЕ ПОМОЩИ И РАЗВИТИЯ

Королихин Андрей Валерьевич
председатель правления АРК,
супервизор АРК
E-mail: 5007864@gmail.com

DOI: 10.38006/907345-57-7.69.81

Аннотация: *модель разработана на основе обсуждений методологий и их границ в деятельности консультантов по управлению, бизнес-тренеров, коучей, менторов, тьюторов, психологов, медиаторов, фасилитаторов, модераторов, игропрактиков, специалистов по развитию эмоционального интеллекта и пр. в 2016–2020 гг. Эта модель полезна для объяснения сути коучинга на курсах подготовки профессиональных коучей, при разъяснении клиентам и аргументации в дискуссиях с коллегами по смежным рынкам КТК (коучинг, тренинг, консалтинг).*

Ключевые слова: *коучинг, коуч, коуч-позиция, коуч-сессия, практика коуча, методология коучинга, коуч-компетентный руководитель.*

Коучинг — организация самостоятельной деятельности взрослых (дееспособных) по развитию и мобилизации внутренних и внешних ресурсов для достижения профессиональных, деловых и личных целей посредством развивающего диалога с независимым специалистом — коучем.

Описание схемы «Методология коучинга и его системного места среди помогающих профессий»

Итак, исходя из определения коучинга в проекте профессионального стандарта «Коуч» взаимоотношения коуча и его клиента (англ. coachee) носят исключительно субъект-субъектный характер. Тем более что с точки зрения транзактного анализа это ещё и парадигма «Взрослый — Взрослый».

С позиции права и российского законодательства — это взаимодействие дееспособных, т.е. совершеннолетних граждан. Западный термин «партнёрство»

не совсем вписывается в обычаи делового оборота в России, т.к. партнеры у нас делят прибыль и убытки. А на Западе даже супруги — партнёры. В странах развитого коучинга есть практика страхования профессиональных рисков (professional indemnity insurance) в деятельности помогающих профессий, и без этого невозможно оказывать услуги. В России пока нет даже предпосылок для законодательства в этой области, поэтому предпочтительно называть вещи своими именами.

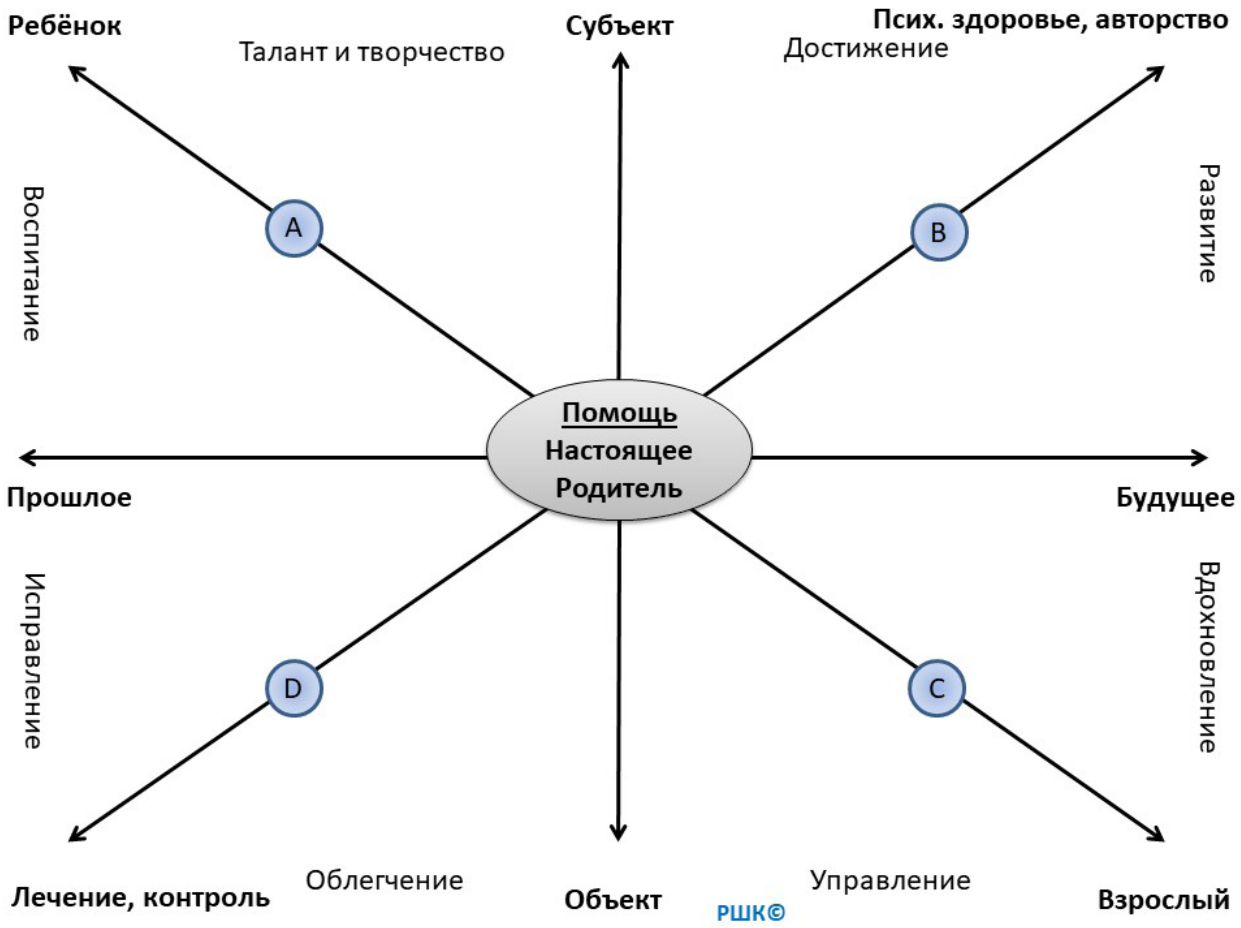

Схема 1 — Системное место коучинга среди помогающих профессий

Оси схемы «Методология коучинга и его системного места среди помогающих профессий»

Вертикальная ось «Субъект — Объект» разделяет Поле профессий помощи и развития на верхнюю и нижнюю половины, кардинально отличающихся по методологии и ролевому взаимодействию. Тем более что дополнительная ось транзактных ролей «Ребёнок — Родитель — Взрослый» из верхнего левого угла схемы

идёт через центр в правый нижний угол. Благодаря этому верхний левый квадрант (A) относится к деятельности, стимулирующей развитие талантов, а правый нижний квадрант (C) к обучению взрослых — андрагогике.

Через нижний сектор квадранта A раскрывается потенциал «**Воспитание**» — то, что заложено в прошлом в формате вертикальной передачи знаний, информации и мотивации от педагога к ученику. В верхнем секторе квадранта (A) потенциал «**Талант и творчество**» активирует креативность за счёт обращения к «внутреннему ребёнку» в формате субъект-субъектного взаимодействия на равных, горизонтально. Это происходит в арт-терапии, игровых практиках и техниках развития гениальности.

Правый верхний квадрант (B) представляет собой зону авторства своей жизни, развития на основе психологического здоровья, достижений и ориентации на результат. По нашим наблюдениям, переход к Я-высказываниям оказывает мощный эффект на личность и систему клиента, когда он не только говорит, а мыслит и действует из состояния автора своей жизни. К сожалению, огромное количество людей даже не замечают, что говорят о себе, своих планах и действиях во втором и даже третьем лице. И отказывают себе не только в авторстве, но и в результативности.

Через верхний сектор квадранта (B) раскрывается потенциал «Достижение», находящийся в зоне ближайшего развития, для повышения продуктивности в краткосрочной перспективе. В нижнем секторе квадранта (B) потенциал «Развития» активирует результативность сейчас и в будущем. Баланс достижения и развития при условии психического здоровья позволяет максимально развить потенциал человека и его авторство для максимального результата. Это происходит в практиках саморазвития и техниках трансформационного коучинга.

Горизонтальная ось «Прошлое — Настоящее — Будущее», по сути линия времени, вместе с дополнительной осью психологического здоровья описывает концептуальные отличия методологии профессий поля помощи и развития в распределении психологической нормы в правом верхнем углу схемы (B) и её недостатка или отсутствия в конце оси в левом нижнем углу модели (D), где расположена зона контроля и лечения для облегчения состояния пациента и исправления его прошлого в настоящем.

Через нижний сектор квадранта (D) раскрывается потенциал «Облегчения» психических страданий в настоящем и излечения травм в недавнем прошлом для

возвращения человека в ресурсное состояние. В верхнем секторе квадранта (D) возможно до определенного предела использовать потенциал «Исправления» прошлого в настоящем, а возврат к «нормальному» психическому состоянию иногда возможен только с помощью медикаментозного лечения. Это происходит в психологическом консультировании, психотерапии, психоанализе, психиатрии и пр.

Через верхний сектор квадранта (C) раскрывается потенциал «Вдохновление», находящийся в зоне стратегического развития для человека и социальных систем сейчас и в будущем за счёт ролевой модели лидера в балансе субъектности и объектности взаимодействий. В нижнем секторе квадранта (C) потенциал «Управления» обеспечивает результативность в краткосрочной перспективе в субъект-объектном взаимодействии — это область менеджмента.

Баланс вдохновления и управления обеспечивает максимальное использование потенциала человека для максимального результата социальной системы. Это происходит в практиках менеджмента, лидерства и коучинга в корпоративном/организационном форматах.

Методология коучинга и его системное место

По нашему мнению, коучинг не относится к помогающим профессиям, т.к. парадигма отношений «Взрослый — Взрослый» исключает оказание помощи. Помогающий может действовать только из позиции «Родителя», и объектом помощи тогда оказывается «Ребёнок». Кто тогда больше, а кто меньше в системном смысле?

В коучинге возможно обращение к ресурсу внутреннего ребёнка. В этом есть большой ресурс и опасность выйти из коуч-позиции. Маркерами присоединения коуча к детской позиции клиента и роли «Родителя» являются «Мы…», «Давай(те) …» и пр.

Коучинг — это субъект-субъектное взаимодействие на основе коуч-позиции, которая и отличает методологию служения развитию от оказания помощи. При намерении помочь клиенту (спасти, сделать что-то за него) коучу срочно нужно вспомнить про треугольник Стивена Карпмана и отправиться на супервизию.

Коуч предоставляет клиенту себя как носителя методологии коучинга, чтобы сопровождать процесс постановки цели клиентом, в осмыслении и разработке плана действий по мобилизации ресурсов клиента для достижения результата в установленный срок.

Коучинг — это методология, ориентированная на достижение результата, а развитие клиента является лишь средством, а не целью коучинга. Особенно в организационном формате, т.к. бизнесмены и руководители платят только за измеримый результат, а не за процесс.

Итак, основные специализации коучинга располагаются в верхнем правом квадранте (B) в зоне саморазвития и осознанности, которые являются эффектами или последствиями коучинга. По линии времени коучинг ориентирован из настоящего в будущее в отличие от большинства направлений психологии, которые способствуют облегчению состояния клиента в настоящем и исправляют его прошлое для будущего. Максимумом вмешательства в систему клиента является психиатрия с медикаментозным лечением в самом углу левого нижнего квадранта (D).

Рабочее место коуча на границе системы клиента

Рабочее место психолога — внутреннее пространство человеческой личности, а коуч работает на границе системы клиента, где возможно сохранить профессиональную позицию невмешательства, независимости и незаинтересованности в результате клиента (коуч-позиция). Секрет пребывания в коуч-позиции — профессиональное смирение, «пустота» для следования за интересом клиента и предоставления максимального пространства в готовности ко всему, что сделает клиент.

В коуч-позиции нет сценариев и намерений коуча в отношении клиента, влияния и попытки его трансформировать. В противном случае нет коуч-позиции и коучинга тоже нет. Есть что-то другое, что почему-то называют «коучингом». Хотя это не так с точки зрения методологии и системного места коучинга среди профессий помощи и развития.

Взаимосвязь коучинга, менеджмента и лидерства

Итак, в проекте профессионального стандарта «Коуч» рабочей группой дано следующее определение коучинга — это организация самостоятельной деятельности взрослых (дееспособных) по развитию и мобилизации внутренних и внешних ресурсов для достижения профессиональных, деловых и личных целей посредством развивающего диалога с независимым специалистом — коучем.

А менеджмент — это совокупность методов управления предприятием. Ещё это система научных знаний, рекомендаций, основанных на практике управления. Менеджмент, так же как и коучинг, отождествляется с людьми и является атри-

бутом исключительно социальных систем: социально-технических, социально-экономических и пр.

Слушателям программ MBA в школах бизнеса говорят, что менеджмент — это наука и искусство. В этом сходство коучинга и менеджмента. На рынке России даже есть программа обучения коучей с названием «Наука и искусство коучинга». Ещё термин management — американского происхождения и не переводится на другой язык дословно. В этом тоже есть сходство с коучингом. На этом сходство заканчивается.

Менеджмент и коучинг отличаются степенью конфиденциальности информации. В коучинге подразумевается полная конфиденциальность, в менеджменте с его иерархией и подотчётностью вся информация прозрачна для руководителя. По крайней мере, так должно быть в идеале.

Коуч-компетентный руководитель напрямую заинтересован в результатах коучинга и работы своего сотрудника. В конечном счёте менеджер отвечает за всё в рамках своих должностных обязанностей. Коуч же несёт ответственность только за процесс коучинга и применение наиболее эффективных техник, а клиент формулирует и достигает свой результат самостоятельно. В этом отличие коучинга и менеджмента.

В менеджменте всё основано на подчинении и подотчетности в условиях организационной иерархии. Коуч независим и является скорее партнером по достижению результатов клиентом. В коучинге никто никому не подчиняется. Коуч и клиент (coachee) взаимодействуют в позициях «Взрослый — Взрослый» согласно транзактному анализу как дееспособные граждане.

Таблица № 1 — Ключевые различия коучинга и менеджмента

Менеджмент	Коучинг
Доступность информации	Конфиденциальность
Прямая заинтересованность в результате сотрудника	Нет и не должно быть прямой заинтересованности коуча в результате клиента
100% ответственности на руководителе	Распределение ответственности 100%/100%
Подчинение и подотчётность Найм	Взрослый/взрослый Добровольность

Суммируя различия коучинга и менеджмента, можно сказать, что:

1. Конфиденциальность при применении коучинга руководителем к своим сотрудникам соблюсти невозможно. Да и незачем.

2. У коуча нет прямой заинтересованности в достижении клиентом результата. Она даже мешает результативности коучинга. А у менеджера от результатов подчиненного зависят его показатели эффективности и результативности. И материальное поощрение.

3. В коучинге нет и не может быть иерархии и подчинения, а менеджмент зиждется на структуре и подотчётности.

4. В менеджменте за всё отвечает начальник. Он несёт генеральную ответственность в рамках иерархии. Профессиональный коуч несёт ответственность за соблюдение конфиденциальности в рамках этического кодекса и применение наиболее эффективных и уместных техник коучинга. Коуч-компетентный руководитель всегда останется менеджером для подчиненного. Даже если он «наденет шапку коуча».

5. Коучинг в исполнении независимого коуча в идеальном случае доброволен для клиента, а взаимодействие коуч-компетентного руководителя в роли коуча и его подчинённого в роли клиента может быть совсем не по согласию сотрудника.

Таким образом, в организационном формате информация о сотрудниках практически всегда доступна руководителю и не является конфиденциальной. В менеджменте всегда есть прямая заинтересованность начальника в результате сотрудника при коммуникациях с подчиненными. А коучу такая заинтересованность скорее мешает в классическом коучинге.

В менеджменте за всё отвечает начальник. Он несёт генеральную ответственность в рамках иерархии. Профессиональный коуч несёт ответственность за соблюдение конфиденциальности в рамках этического кодекса и применение наиболее эффективных и уместных техник коучинга. Коуч-компетентный менеджер всегда останется руководителем для подчиненного. Даже в роли коуча.

Повышает ли коуч-менеджмент общую эффективность управления?

Эффективность применения классического коучинга в этом странном стиле управления (коуч-менеджмент) стоит под вопросом из-за различий по параметрам: конфиденциальность, заинтересованность в результате, ответственность

и иерархия во взаимодействиях. Уместно применять коуч-технологии или вести коммуникации в стиле коучинг. Меньше приказывать и больше спрашивать подчиненных. Задавать открытые вопросы и давать им простор для инициативы. Вместе с ответственностью, которую они принимают на себя в этом случае уже осознанно.

В подходе известного бизнес-коуча и автора книги «Эффективный коучинг» Майлза Дауни [5] у коучинга есть свое место в организации. Он повышает эффективность менеджмента и лидерства. Если разделить эту схему вертикальной чертой, то область лидерства и менеджмента скорее влияет на организационные взаимодействия, а пересечение областей лидерства и коучинга — на вовлеченность людей в работу.

Рис. 1 — Эффективность коучинга в менеджменте и лидерстве по М. Дауни

Для ответа на вопрос «Миф или реальность коуч-менеджмент или управление в стиле коучинг?» достаточно задать следующие вопросы носителю идеи применения коуч-менеджмента в организационном формате:

— Какой у вас стаж управленческого опыта?
— Сколькими людьми вы управляли и как долго?
— Рост выручки/прибыли был больше среднерыночных показателей?

Если управленческий стаж до года и в прямом подчинении было меньше 7 сотрудников и прироста финансовых показателей не произошло, то носителю идеи применения коуч-менеджмента в организационном формате можно предложить сначала получить такой опыт управления, а пока отказать во внедрении коуч-менеджмента в его исполнении.

Итак, в лучшем случае руководитель применяет коуч-технологии, а не коучинг. В чистом виде предоставление услуги коучинга возможно только независимыми профессиональными коучами. А руководитель не может и не должен быть коучем своим подчиненным в полном смысле этого слова. Он может использовать коуч-технологии и даже управлять людьми с философией коучинга, но без «управленческой шизофрении», когда руководство в стиле коучинга приводит в замешательство его подчиненных и дезориентирует их [4].

Коуч-технологии действительно повышают эффективность организационных взаимодействий и формируют коучинговую культуру в организации при системной расстановке акцентов в отношении осознанности и разделения ответственности руководителя и его сотрудников. В этом будет полезна схема № 1 «Методология коучинга и его системное место».

Коучинг — это ответ на социальный вызов современности

Коучинг — междисциплинарная область практики, которая служит развитию людей и организаций. В современных организациях применение коуч-технологий является социальным ответом на вызовы цифровой эпохи.

Субъект-субъектные отношения коуча и клиента и квазисубъектные взаимодействия коуч-компетентного руководителя/специалиста с сотрудником организации помогают развивать компетенции будущего [3], которые очень востребованы уже сейчас. А в скором будущем будут обязательными для руководителей и высококвалифицированных специалистов (Приложение № 1).

Объектные взаимодействия классического менеджмента и организационной иерархии уже не удовлетворяют новым реалиям проектного управления и гибким методам управления в рыночных условиях.

Разница в ценностях поколений и мобильность персонала больше не позволяет относиться к сотрудникам только как к объекту управления. Вызовы цифровой эпохи, конкуренция за таланты и вообще нехватка квалифицированных сотрудников, особенно в условиях демографической ямы в России, уже вынуждает

руководителей переходить к другим видам управления, вовлечения и мотивации сотрудников.

Сочетание современных методов управления с коучингом отвечает на вызовы командного взаимодействия в распределённых командах, которые становятся всё более востребованными. Сочетание гибких методов управления и недирективных коуч-технологий помогает повысить осознанность и вовлеченность членов команды для обеспечения конкурентоспособности предприятий.

Грамотное применение коуч-технологий в управлении и услуга коучинга для высших руководителей могут помочь в повышении конкурентоспособности россиян и предприятий на внутреннем и международном рынке при условии разрешения ряда противоречий.

Вызовы цифровой эпохи

Цифровизация

Алгоритмизация и автоматизация бизнес-процессов уже приводит к необходимости повышать квалификацию части сотрудников, а остальных увольнять из-за исчезновения низкоквалифицированного объема работ.

Вызовом цифровой эпохи теперь является цифровая грамотность, которая включает навыки управления информацией, обработки и анализа данных, базовые навыки программирования, разработки приложений и проектирования систем.

Высокотехнологичные отрасли требуют ещё и цифрового лидерства не только от руководителей, но и от всех сотрудников на всех уровнях управления. Следовательно, коучинг может быть полезен в повышении продуктивности сотрудников, в моделировании индивидуальных траекторий обучения и развития, а также в карьерном коучинге.

Роботизация

Всё, что может быть алгоритмизировано, будет алгоритмизировано в ближайшее время. Производительность роботов минимум в 15 раз превышает показатели человека при отсутствии «человеческого фактора». Особую роль роботизация и сопровождение её внедрения играет в "проблеме лишних людей".

Роботизация в России пока находится в зародышевом состоянии по сравнению с развитыми странами. Роботизация выгодна бизнесу и не совсем выгодна государству, т.к. в ближайшее время она будет источником «лишних людей». Резкое появление большого количества уволенных специалистов может стать

источником социальной напряженности. Их придётся переучивать за государственный счёт или платить им пособие по безработице.

Как минимум карьерный коучинг в профилактических целях может позитивно повлиять на эту ситуацию. Но начинать придется с коучинга первых лиц организаций и высшего руководства, чтобы сфокусировать их внимание на этой взрывоопасной проблеме.

Тенденции цифровой эпохи

Изменение рынка труда

Изменился не просто рынок труда. Уже меняется его природа. Машинное обучение и слепой найм, использование поведенческих факторов при массовом найме, собеседования проводят роботы и пр. Понятие «карьера» претерпевает значительную трансформацию.

В России, по оценкам Boston Consulting Group, до 2025 года появится до 10 миллионов «лишних людей» и столько же будет не хватать. Только нужны будут высококвалифицированные специалисты с соответствующими компетенциями и навыками: когнитивными, социально-поведенческими и цифровыми [3].

Появление и исчезновение профессий

Цифровая экономика требует появления новых профессий и междисциплинарных знаний. Ещё большее число профессий просто исчезнет вслед за юристами и бухгалтерами.

Из-за автоматизации от 47% до 57% существующих профессий исчезнут [2]. Авторы «Атласа новых профессий» считают, что в ближайшее время появятся 186 новых профессий и 57 «традиционных» исчезнут [1]. При этом 30% профессий будут требовать творческого подхода и останутся за человеком [3].

Коучинг как технология в этой ситуации может быть катализатором заблаговременной профессиональной переподготовки будущих «лишних людей» и перенаправления их после повышения квалификации или получения новых профессий в современные области экономики.

Экономика свободных талантов

Всё большее число сотрудников переходит на свободный график, удалённую работу и проектную деятельность. Это приводит к необходимости управлять распределёнными и удалёнными командами с помощью гибких методов и рабочих рамок.

Огромное количество людей предпочитают самозанятость.

Гибкие методы и рабочие рамки, применяемые за пределами IT и Hi-Tech, требуют дополнительного сопровождения для внедрения и интеграции. В частности, примеры сочетания Agile и командного коучинга дают позитивные результаты при внедрении в области информационных технологий и в банковской сфере.

Методика коучинга применима ко многим аспектам управления организацией через людей. С системной и методологической точки зрения максимальный результат возможен от сотрудничества с внешними независимыми коучами. Хотя даже практика коммуникаций в стиле коучинг уже полезна для развития организации. А попытки оказывать услугу коучинга сотрудникам своими силами имеют ряд системных, методологических и экономических ограничений.

Менеджеры как элементы самой системы имеют ограниченное влияние на сотрудников и коллег с помощью коучинга, а также и на саму организацию как систему. Коучинг в организации — это технология, объединяющая лидерство и менеджмент в управлении организацией. Коуч-технологии применимы и дают очевидные результаты в повышении качества управления организацией в определенных сферах их применения.

Итак, коучинг — это другое измерение относительно классического менеджмента, который основан на объектных взаимоотношениях, т.е. люди как сотрудники являются объектами управления. В отличие от менеджмента коучинг — это субъект-субъектные взаимодействия, основанные на конфиденциальности и доверии. Коучинговое взаимодействие ориентировано на результат, эффектами его являются повышение осознанности, вовлеченности и ответственности, что существенно повышает конкурентоспособность и финансовые показатели деятельности предприятия.

Развитие коучинга в России сдерживается отсутствием единого понимания методологии, применением корпоративного коучинга и коуч-технологий в управлении часто без измерения результативности и эффективности. Особенно с точки зрения инвестиций всех ресурсов и ограничений методологии в форме внутреннего коучинга.

Список литературы

1. Атлас новых профессий www.atlas100.ru

2. Новые правила игры в цифровую эпоху / Исследование «Deloitte» «Международные тенденции в сфере управления персоналом», 2017.

3. Россия 2025: от кадров к талантам / Исследование The Boston Consulting Group, 2017.

4. Сборник докладов международной научно-практической конференции «Коучинг: перспективы развития в управлении и образовании».

5. Эффективный коучинг: уроки коуча коучей / пер. с англ.— М.: Издательство «Добрая книга», 2013.— 288 с.

Приложение № 1

Целевая модель компетенций — 2025

1. **Когнитивные навыки**
   1.1. Саморазвитие.
   1.2. Самоорганизация.
   1.3. Достижение результатов.
   1.4. Решение нестандартных задач.
   1.5. Управленческие навыки.
   1.6. Адаптивность.
2. **Социально-поведенческие навыки**
   2.1. Коммуникация.
   2.2. Межличностные навыки.
   2.3. Межкультурное взаимодействие.
3. **Цифровые навыки**

Источник:

Россия 2025: от кадров к талантам / Исследование The Boston Consulting Group, 2017.

РОЛЬ МЫШЛЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ АВТОРСТВА ЖИЗНИ В КОУЧИНГЕ

Корчагина Елена Юрьевна
коуч-компетентный специалист АРК
E-mail: korchagina2007@rambler.ru

DOI: 10.38006/907345-57-7.82.89

Аннотация: *статья посвящена значению и роли мышления в формировании авторства жизни в коучинге на основе идей выдающихся представителей отечественной науки. В статье рассматривается, как можно применить в практике коучинга идеи С. Л. Рубинштейна, А. Н. Леонтьева, Д. Н. Узнадзе. Системный и деятельностный подходы позволяют рассматривать мышление как деятельность, что очень эффективно для работы с установками и убеждениями в коучинговом взаимодействии. Человек в отечественной науке выступает как субъект мыслительной деятельности, что соответствует идее авторства жизни и способствует развитию осознанности и проактивности.*

Ключевые слова: *коучинг, методология, мышление как деятельность, системный подход, авторство жизни, рефлексия, осознанность, установки и убеждения, проактивность.*

Коучинг появился на Западе, но пользуется популярностью и активно развивается в России, в русском ближнем и дальнем зарубежье. Коучинг — это не просто набор техник, приемов и теоретических принципов. У него есть своя методология как система воспроизводимых методов и технологий, теоретических оснований и практических принципов.

Современное понимание методологии включает две функции: критико-аналитическую и проектно-конструктивную. Первая подразумевает исследование мышления в профессиональной деятельности. Вторая — проектно-конструктивная — заключается в проектировании и развитии этой деятельности [4].

Обоснование методологии, применяемой в коучинговой практике, развитие и разработка новой методологии, рефлексия методологических, философских, на-

учных оснований — все это актуально для коучинга как системы, созданной на Западе и применяемой в российском и русскоязычном пространстве. Это требует адаптации западных технологий и методов работы с клиентом, разработки собственных методов, технологий, опираясь на свой опыт работы. Здесь очень полезно обратиться к достижениям, наработкам и идеям отечественной науки и философии.

Почему возникла такая потребность? Коучинг на русском языке и на любом другом будет иметь свои особенности. Коучинг на родном языке и для коуча, и для коучи будет гораздо эффективнее, чем на неродном. Почему? Это обусловлено менталитетом, культурой, языковой, образовательной, социальной средой, а также смыслом и значением слов, образов, архетипов, созданных в той или иной культуре.

Культурно-символический код у разных народов будет различаться по знаковому и смысловому содержанию, хотя и есть общие архетипические символы и ценности. Мышление во многом определяется социокультурным содержанием родного языка, символической и знаковой реальностью, которая сформировала не только язык, но и оказала влияние на личность конкретного индивида.

Идею авторства жизни можно рассматривать в коучинге как одну из основополагающих, потому что авторство жизни — это всегда ответственность, осознанность и проактивность. Коучинг как деятельность направлен на повышение осознанности и предполагает нахождение во взрослой позиции как коуча, так и коучи.

Какова роль мышления в формировании авторства в коучинге?

В отечественной психологии существуют различные теории мышления — логическая теория мышления (С. Л. Рубинштейн), интерпретация мышления как рефлексии, созерцания и решение задач, деятельностная теория мышления (А. Н. Леонтьев, П. Я. Гальперин, В. В. Давыдов, О. К. Тихомиров) [2].

Для определения роли мышления в формировании авторства в коучинге продуктивной представляется интерпретация мышления как деятельности, направленной на решение задач или проблемных ситуаций, о чем говорил Сергей Леонидович Рубинштейн, который утверждал, что «всякий мыслительный процесс является по своему внутреннему строению действием или актом деятельности, направленным на разрешение определенной задачи» [5] или проблемной ситуации.

В проблемной ситуации есть два аспекта — объективный (наличие реальной ситуации) и субъективный (негативная оценка реальности субъектом). Третий

аспект рассмотрения проблемной ситуации заключается в том, что нет проблем в реальности, а есть — «особое состояние психики субъекта» [7].

Если проблема рассматривается не как находящаяся вовне, а как особое состояние психики, то она относится к личности субъекта.

Ф. П. Тарасенко выделяет три способа решения проблемной ситуации:

1. Изменение отношения.

2. Изменение ситуации в реальности.

3. Прекращение взаимодействия с проблемной ситуацией.

В данной статье рассматривается первый способ решения — изменение отношения к ситуации, но, учитывая системный характер мышления, изменения в жизни коучи являются следствием нового отношения к ситуации.

Системный подход является одним из методологических оснований коучинга, как и теория деятельности, которая подразумевает активность субъекта деятельности. Коучинг развивается как система, включая в себя все, что можно взять из смежных областей и что может способствовать развитию коучи (клиента), повышению его ресурсности, умению справляться со сложными ситуациями, выстраивать реальный образ будущего.

Авторство подразумевает проактивность, и это очень хорошо соотносится с деятельностным подходом к мышлению.

Создатели деятельностной интерпретации мышления Рубинштейн Сергей Леонидович, Леонтьев Алексей Николаевич использовали деятельность как объяснительный принцип.

С. Л. Рубинштейн выдвинул принцип единства сознания и деятельности, который подразумевает, что сознание не управляет деятельностью извне, а составляет с ней органическое единство, будучи как предпосылкой в виде мотивов, целей, так и результатом деятельности, в процессе которой сознание развивается. Деятельность не является совокупностью рефлекторных реакций на внешний стимул, так как регулируется сознанием. Сознание рассматривается как реальность, которая не дана субъекту непосредственно для его самонаблюдения, и может быть познано лишь опосредованно, в том числе через деятельность.

А. Н. Леонтьев уточняет положение Рубинштейна: «Сознание не просто проявляется как отдельная реальность, сознание встроено и неразрывно связано с ней». Деятельность — это процесс активного отношения человека к действи-

тельности, поэтому проблематика деятельностного подхода включает в себя и проблему личности [8].

А. Н. Леонтьев определял сознание как «рефлексию субъектом действительности, своей деятельности, самого себя» [1].

Особенность рефлексии в том, что она критична и разрушает объект рефлексии, поэтому не должна быть направлена на собственные чувства и эмоции, мышление может стать объектом рефлексии только в том случае, если оно вынесено вовне, опредмечено, в том числе и через речь, образы, метафоры. Рефлексия всегда опосредована и в отношении мыслительной деятельности — это мышление, направленное на себя, мышление о мышлении.

Есть и позитивное значение рефлексии [3]. С помощью рефлексии можно исследовать то, как строится мыслительная деятельность и мыслительные процессы. Рефлексия дает возможность получения знания о том, какие методы используются в той или иной сфере деятельности, в том числе вывести вовне, осмыслить и изложить методологию коучинга как комплексной синтетической деятельности, использующей самые различные подходы и практики, но имеющей общие принципы и отличительные характеристики.

Коучинг направлен на повышение осознанности коучи (клиента). Повышение осознанности через инструмент рефлексии позволяет выстраивать мыслительную деятельность как осознанную. Исследуя формы и содержательную часть мышления, можно выявить стереотипы, шаблоны, стратегии поведения, ценностные основания, отделить то, что привнесено извне, то, что не является личным, и разотождествить это со своим «Я», затем трансформировать их в желаемом направлении.

Мышление, его индивидуальные особенности, определяет поведение, стратегию действий. Но самый первичный тип мышления — это обыденный. Это, по сути, и не мышление как таковое, а поток сознания. И он состоит не только из собственных мыслей человека, но и из того, что поступает извне — из социума, коллективного бессознательного, СМИ, родительские и иные установки, стереотипы и шаблоны, просто навязчивые «мысли», как песня, которая никак не отвязывается и крутится в сознании. В потоке сознания тесно переплетается то, что приходит извне, и то, что создается самим субъектом мыслительной деятельности.

Разотождествление со всем, что не «Я», позволяет выявить установки, привнесенные родителями, учителями, социумом, архетипические символы и отделить их от субъекта мышления. Это не только не мое, но это не Я. Я — рефлексивное начало, мыслящий субъект, предельное основание «Я есмь». Все остальное, что находится либо в сознании, либо в мышлении, это не есть «Я». «Я» управляет процессом мышления как своей деятельностью, создавая или видоизменяя мыслительный процесс. Таким способом появляется возможность стать субъектом своего мыслительного процесса как деятельности и создать новые установки, желаемые мысли, разрешить внутренние противоречия.

В коучинге происходит работа с установками и убеждениями, в том числе и неосознаваемыми. С помощью метафорических ассоциативных карт (МАК) можно выявить ограничивающие или деструктивные убеждения и переформулировать их в позитивные.

Убеждение понимается как основная нравственная установка, определяющая направление и цель поступков (а также мышления), если даже это идёт вразрез с собственной пользой человека [9].

Установка — это первичная реакция на воздействие ситуации, в которой субъекту приходится ставить и решать задачи, целостная направленность его в определенную сторону на определенную активность. Установка — это готовность к восприятию ситуации определенным образом, сформированная предшествующим опытом, и проявление соответствующей активности [10].

Осознание негативных или мешающих установок и ограничивающих убеждений с помощью метафорических ассоциативных карт происходит гораздо быстрее и эффективнее. Сформулировать свое ограничивающее убеждение можно с использованием МАК, а потом зафиксировать на бумаге. Затем переформулировать на позитивное убеждение и тоже его записать. Здесь тоже можно использовать МАК, либо методом подбора найти такую формулировку, которая заменит эмоцию, связанную с прежним убеждением, на позитивную, но взаимоисключающую ту, с которой было связано ограничивающее убеждение.

Так можно работать с любыми ограничивающими или негативными убеждениями, заменяя их на помогающие и позитивные. Это позволяет не только изменить отношение к проблеме, но и убрать причины, которые ее порождают, и это позволяет повысить осознанность в управлении не только своими убеждениями и установками, но и событиями своей жизни.

Исходя из системного подхода, любое изменение части системы или ее элементов приводит к изменению системы в целом.

Мышление как деятельность и как система связано с личностью человека в целом и включает взаимодействие с окружающей средой. Изменения, которые происходят в мышлении, убеждениях, установках, проявляются в поведении, действиях, поступках и событиях жизни.

Работа с проблемной ситуацией и устранение причин ее возникновения помогает изменять качество своей жизни в желаемом направлении и эффективнее достигать целей.

Кроме осознанности авторство жизни включает и ответственность за свою жизнь, и это связано, прежде всего, с выходом из позиции жертвы и треугольника Карпмана, усилением и активизацией позиции взрослого.

Треугольник Карпмана — это модель, описывающая психологические роли, которые люди часто занимают в разных жизненных ситуациях: жертва, преследователь, спасатель. И эти роли также часть нашей внутренней реальности, и ее можно менять, используя коучинговые технологии и рефлексию.

Изменив эту модель, которая является набором определенных установок, внутри сознания, можно выйти из данных ролей, через активизацию эго-состояния взрослого и проработки причин, которые приводили к подобной стратегии реагирования, найдя ресурсы и возможности для внутренней трансформации. Создание новых установок и убеждений приводит к изменению мышления индивида, способов его реагирования на возникающие ситуации.

Интерпретация мышления как деятельности предполагает активность, потому что деятельность — это прежде всего активность и это одна из характеристик авторства жизни. Осознанная активность предполагает принятие ответственности за свою жизнь и происходящее в ней.

В своей работе «Человек и мир» С. Л. Рубинштейн говорил о том, что «…внутренние условия выступают как причины (проблема саморазвития, самодвижения, движущие силы развития, источники развития находятся в самом процессе развития как его внутренние причины), а внешние причины выступают как условия, как обстоятельства» [6], и именно эти внутренние условия определяют свободу человека как субъекта активности, а не наоборот. Человек благодаря своей мыслительной и познавательной деятельности может прогнозировать свои действия и опосредованно влиять на реальную действительность.

Авторству жизни способствует использование коучинговых технологий, направленных на повышение осознанности, рефлексия как мышление о мышлении и как инструмент самопознания, самоанализа, осмысления своих поступков, действий. Рефлексия позволяет посмотреть на себя и свою жизнь со стороны, став в позицию наблюдающего субъекта или наблюдателя. Это, по сути, внутренняя коуч-позиция.

Авторство жизни проявляется и в осознанности протекающих мыслительных процессов, и в отслеживании связи между появлением мысли, следующими за ней эмоциями или состояниями, действиями и жизненными событиями. Свободный, сознательный выбор возможен лишь в том случае, когда не неосознаваемые установки и убеждения определяют его, а мы сами, как субъекты мыслительной деятельности и иной активности.

Авторство жизни предполагает проактивность, которая подразумевает свободный выбор и проявляется в том, что человек, принимая ответственность за свою жизнь, повышая свою осознанность, становится субъектом своей жизни, начиная ее создавать.

Список литературы

1. Леонтьев А. Н. Избр. психологические произведения.— Т. 2.— М: Педагогика, 1983.— С. 150.

2. Немов Р. С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн.— 4-е изд.— М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2003.— Кн. 1: Общие основы психологии.— С. 273.

3. Рефлексия. [Электронный ресурс]: Электронная библиотека ИФ РАН. Новая философская энциклопедия. Интернет-версия издания: Новая философская энциклопедия: в 4 т. / Институт философии РАН; Национальный общественно-научный фонд; Председатель научно-редакционного совета В. С. Степин.— М.: Мысль, 2000–2001.— 2-е изд., испр. и допол.— М.: Мысль, 2010. URL: https://iphlib.ru/library/collection/newphilenc/document/HASHc974bd5cb7cf4bf458b2c9?p.s=TextQuery (дата обращения: 16.09.2020).

4. Розин В. М. Переход от методологии науки к методологии деятельности. [Электронный ресурс]: Электронная библиотека ИФ РАН. Новая философская энциклопедия. Методология. // Интернет-версия издания: Новая философская энциклопедия: в 4 т. / Институт философии РАН; Национальный общественно-научный

фонд; Председатель научно-редакционного совета В. С. Степин.— М.: Мысль, 2000–2001.— 2-е изд., испр. и допол.— М.: Мысль, 2010. URL: https://iphlib.ru/library/collection/newphilenc/document/HASH01e202fe7b591ef6cabae3e1?p.s=TextQuery (дата обращения: 10.09.2020).

5. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии.— Санкт-Петербург: Питер, 2001.— С. 317.

6. Рубинштейн С. Л. Человек и мир.— М.: Наука, 1997.— С. 29.

7. Тарасенко Ф. П. Прикладной системный анализ: учебное пособие / Ф. П. Тарасенко.— М.: КНОРУС, 2010.— С. 12.

8. Теория деятельности. Деятельностный подход в психологии. [Электронный ресурс]: Психологос — энциклопедия практической психологии. URL: https://www.psychologos.ru/articles/view/teoriya-deyatelnosti.-deyatelnostnyy-podhod-v-psihologii (дата обращения: 11.09.2020).

9. Убеждение. [Электронный ресурс]: Философский словарь 2012–2020 год. URL: http://www.harc.ru/slovar/2224.html (дата обращения: 11.09.2020).

10. Узнадзе Д. Н. Экспериментальные основы психологии установки. [Электронный ресурс]: BOOKAP — психологическая библиотека. URL: https://bookap.info/book/uznadze_psihologiya_ustanovki/#o (дата обращения: 14.09.2020).

«РУССКАЯ ИДЕЯ» И АВТОРСТВО ЖИЗНИ В КОУЧИНГЕ

Корчагина Елена Юрьевна
коуч-компетентный специалист АРК
E-mail: korchagina2007@rambler.ru

DOI: 10.38006/907345-57-7.90.94

Аннотация: *статья посвящена философским истокам концепции авторства жизни в коучинге на основе идей русской философии. Авторство жизни — что это? Как авторство жизни связано с коучингом? Человек в русской философии выступает как Творец собственной жизни в процессе Со-творения, сотворчества с Богом. Русская идея в этом аспекте может рассматриваться как комплекс идей и ценностных оснований для концепции авторства жизни. Коучинг как теоретическая и практическая система предполагает развитие осознанности, проактивности и ответственность, что совпадает с основными принципами авторства жизни.*

Ключевые слова: *коучинг, методология, русская идея, русская философия, авторство жизни, осознанность, проактивность.*

В России, несмотря на активное развитие и популярность коучинга, иногда возникает непринятие его, потому что как система он сформировался на Западе и значение самого слова несколько вводит в заблуждение. Coaching (англ.) переводится как «тренировка, обучение», хотя при более глубоком погружении в коучинг как систему и методологию становится понятно, что это совсем другое, это не тренировка и не обучение в обычном смысле. Это подход, направленный на личностное и профессиональное развитие, формирование которого началось в 70-х годах XX века.

Основоположником коучинга считают У. Тимоти Голви (W. Timothy Gallwey). В 1974 году он опубликовал книгу «Внутренняя игра в теннис» (The Inner Game of Tennis), где впервые изложил концепцию Внутренней игры, которая легла в основу коучинга.

Истоки коучинга лежат в спортивном тренерстве, позитивной, когнитивной и организационной психологии, в представлениях об осознанной жизни и возможностях постоянного и целенаправленного развития человека.

Возникает вопрос — как коучинг, который сформировался на Западе, применять на практике в России или, если смотреть шире, на русском языке и в русскоязычном мире? Надо либо буквально брать какие-то техники, приемы и им следовать, использовать как технологию в чистом виде, либо как-то адаптировать и развивать на основе отечественной науки, опыта, менталитета, культурных и языковых особенностей.

Коучинг — это не только набор техник, приемов и совокупность каких-то важных основополагающих принципов. Коучинг — это профессиональная деятельность со своей методологией, которая работает и дает результаты.

Обоснование методологии, применяемой в коучинговой практике, развитие и разработка новой методологии — все это актуально для коучинга как системы, созданной на Западе и применяемой в российском и русскоязычном пространстве. Но необходима адаптация западных технологий и методов работы с клиентом, разработка собственных техник, методов, технологий, опираясь на свой опыт работы. Поэтому актуальной является разработка методологии, адаптированной к русскому языку и отечественной культуре, а еще более продуктивной представляется идея обоснования методологии коучинга на основе идей отечественной философии и науки.

В русскоязычном пространстве использовать западные технологии, методы, приёмы без их адаптации не представляется корректным. Язык во многом определяет наше мышление, сознание, то, как мы мыслим, чем мы мыслим, какие у нас возникают образы, какие есть архетипические символы в культуре. Что-то общее есть у всех народов в любых культурах, начиная от древних и заканчивая современными людьми, но в целом само культурно-смысловое содержание отличается, и поэтому необходима адаптация коучинга как метода или как системы применительно к русской культуре и менталитету.

Вернемся к основоположнику коучинга Тимоти Голви, который пишет, что «в основе методологии Внутренней игры лежат три принципа:

1. Непредвзятая осознанность.
2. Вера в истинного себя.
3. Свободный, сознательный выбор» [1].

Это характеристики человека как субъекта сознания, мышления, деятельности, наделенного волей, способного совершать осознанный выбор. Понятие субъекта хорошо разработано в советской и российской философии и науке. Ввел это понятие в советскую науку С. Л. Рубинштейн в 30-х гг. XX столетия, и он го-

ворит «о человеке как о субъекте, подчеркивая инициирующий, самодетерминированный характер человеческой деятельности» [4].

В последнее время стала популярна концепция авторства жизни, полагающая человека субъектом своей жизни. Непредвзятая осознанность, вера в истинного себя и свободный, сознательный выбор очень хорошо укладываются в концепцию авторства жизни, предполагающую осознанность, ответственность за свою жизнь и проактивность.

В России в качестве поиска философских истоков этой концепции стоит обратиться к русской философии. Русская философская мысль была разной по своей теоретической направленности и содержанию, но в данной статье речь пойдет о Русской идее, потому что идеи проактивности, ответственного и осознанного отношения к себе, жизни и миру созвучны её основополагающим понятиям, таким как Соборность и Богочеловечество.

Философское обоснование Русской идеи принадлежит Владимиру Соловьеву. Это замысел Бога о России, то, что задумал о России Бог, её миссия, ради которой Россия существует. Для русской философии Россия — это не просто точка на карте, это не какое-то государство, которое существует во времени и пространстве, это некая идея, символ, образ. Русская идея — это архетип, образ России, как культурно-философский символ и идеал лучшей жизни. И миссия, которую Россия и русский народ, как носитель этой идеи, призван воплощать в жизнь.

Эта идея получила дальнейшее развитие, и были разные направления в этом движении. Почвенничество, Федор Достоевский — это больше акцент на этику и на то, что главное — это любовь как принцип отношения к людям и между людьми. И это тоже является составляющей частью Русской идеи, и это любовь не только к ближнему, но и к дальнему.

Славянофильство как философское направление, отстаивающее самобытный путь развития России с опорой на свои культурные основания и ценности. Славянофилы старались соответствовать своим убеждениям, например, Алексей Хомяков не только одевался в духе народа, но совершал поступки в соответствии со своими убеждениями. И, к сожалению, его жизнь закончилась трагично: он заразился холерой, когда лечил крестьян во время эпидемии, и умер. Он являл собой путь подвижника и свои идеи воплощал на практике, они не были для него только теорией. Следовать своим убеждениям был его свободный и сознательный выбор.

Важное понятие для Русской идеи — это Собóрность — «понятие в русской религиозной философии, означающее свободное духовное единение людей как

в церковной жизни, так и в мирской общности, общение в братстве и любви. Термин не имеет аналогов в других языках» [3].

В философский дискурс его первым ввел Алексей Хомяков как целостность, и он понимал его как идею единства во множестве [5]. Развивали идею соборности Вл. Соловьев, Н. Ф. Федоров, Е. Н. Трубецкой, П. А. Флоренский, С. Н. Булгаков, Н. А. Бердяев и другие.

Соборность рассматривалась как глубинное свойство русского народа, который, по представлениям русских философов, был коллективистским, соборным по своей ментальности в силу общинного уклада. Община существовала достаточно долго, крепостное право было отменено в 1861 году, но крестьянский общинный менталитет сохранился и позднее.

Соборность имплицитно содержит идею добровольной (осознанной) ответственности за сохранение этой целостности, за свои действия и поступки.

Одна из центральных составляющих Русской идеи и русской религиозной философии — это идея Богочеловечества.

Смысл существования человека и мира заключается в «обожении» (теозисе), т.е. соединении с Богом, который понимается как двуединый процесс, предполагающий движение Бога к человеку и человека к Богу — единое Богочеловеческое дело.

«Человек здесь рассматривается как существо творчески активное и самостоятельное, он со-участвует в деле «преображения неба и земли». Обожение человека и мира (как цель существования, смысл бытия) понимается как двуединый процесс, предполагающий движение Бога к человеку и человека к Богу — единое Бого-человеческое дело» [2].

Идея Богочеловечества — это не в духе западной философии и Фридриха Ницше как борьба против Бога и бунт против Бога, это Со-творчество с Богом. Человек — образ и подобие Бога, и Бог находится внутри человека как творческое, созидательное начало. Человек выступает в роли Творца своей жизни и окружающей реальности. Но не бунтует против Бога, а существует в процессе сотворчества, и таким образом снимается бунт и отрицание. И это взаимодействие созидательное и плодотворное — человек рассматривается не просто как индивид, а как субъект, Творец и часть большей системы, в которую он включен.

Идея авторства жизни в современное время трансформировалась из идеи Богочеловека в более модернизированный вариант, но смысл остался тот же: Человек — Творец своей жизни. Можно сказать, что концепция авторства жизни в России имеет в качестве истоков и предпосылок все ту же самую Русскую идею

и русскую философию. И еще одна идея, лежащая в основе авторства жизни,— аналогия с писательством — мы пишем свою жизнь, как книгу. Мы являемся авторами этой книги и своей личной истории. Авторство жизни — это в первую очередь субъектность как имманентное свойство человека.

Коучинговое взаимодействие с клиентом предполагает развитие его субъектности, что включает повышение осознанности, принятие ответственности за свою жизнь, действия, мышление. Все это можно отнести и к самому коучу. Проактивность, осознанность, свободный сознательный выбор, позиция взрослого человека — это и позиция Автора, или Творца своей жизни. Коучинг как система и идеология тоже есть авторство жизни.

Список литературы

1. Голви Тимоти. Стресс как внутренняя игра. Как преодолеть жизненные трудности и реализовать свой потенциал / Тимоти Голви, Эдд Ханзелик, Джон Хортон; пер. с англ. О. Медведь; [науч. ред. А. Королихин].— М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019.— С. 20.

2. Коробкова Ю. Е. Идея «богочеловечества» в русской религиозной антропологии первой четверти XX века. // Философская мысль.— 2015.— № 4.— С. 55–78. DOI: 10.7256/2409–8728.2015.4.15195 URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=15195 (Дата обращения 25.09.2020).

3. Лазарев В. В. Соборность / Новая философская энциклопедия в 4 т. // Под ред. В. С. Стёпина.— М.: Мысль, 2001. [Электронный ресурс]: Электронная библиотека ИФ РАН. Новая философская энциклопедия. URL: https://iphlib.ru/library/collection/newphilenc/document/HASH0178cc6530a5c64973161178?p.s=TextQuery (Дата обращения 29.09.2020).

4. Мироненко И. А. Понятия «субъект» и «личность» в современной российской психологии // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина, 2010. [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatiya-subekt-i-lichnost-v-sovremennoy-rossiyskoy-psihologii/viewer (Дата обращения 29.09.20).

5. Хомяков А. С. Письмо к редактору «L'Union Chretienne» о значении слов «кафолический» и «соборный» по поводу речи отца Гагарина, иезуита. [Электронный ресурс]: Онлайн-библиотека сайта Православие и мир, 2011–2020. URL: https://lib.pravmir.ru/library/readbook/340 (Дата обращения 29.09.2020).

ЧАСТЬ 2

МЕТОДЫ, ТЕХНИКИ, ИНСТРУМЕНТЫ В КОУЧИНГЕ

НАУЧНЫЕ ОСНОВАНИЯ ПРИМЕНЕНИЯ КОУЧИНГА В РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ

Грицик Ольга Аркадиевна
коуч-компетентный специалист АРК
olga.gricik@gmail.com

DOI: 10.38006/907345-57-7.96.103

Аннотация: *данная статья рассматривает применение коучингового подхода в образовании и воспитании. Рассматривается связь коучинга со взглядами и концепциями ведущих исторических русских педагогов и психологов. Приведены основные методы коучингового взаимодействия в работе с подростками. Обосновано мнение о том, что коучинг способствует развитию осознания, самостоятельности, ответственности, повышает эффективность обучения и труда.*

Ключевые слова: *коучинг, подростки, обучение, воспитание, коучинговый подход, личность, осознание.*

Жизнь современного подростка радикально отличается от жизни подростков прошлых поколений. 21 век — время технологических прорывов. Количество информации, с которой сталкивается современная молодежь, невозможно измерить. Для того чтобы сегодня подростков заинтересовать, перед ними необходимо ставить интересные задачи. Они не полагаются на чужой опыт, им важно самим понять, что лучше. Их невозможно мотивировать, сравнивая с другими. Осознание и принятие своей уникальности — это то, что может стать для них источником вдохновения и их сильной стороной.

Кроме того, в эпоху интернета, компьютеров и прочих гаджетов всё более остро становится вопрос о проблемах с коммуникацией у подростков. Это, в свою очередь, влечёт за собой трудности с социальной адаптацией, что часто негативно отражается на социальном успехе школьников.

На сегодняшний день все более популярным является применение коучингового подхода в обучении и развитии детей. Своей историей эта методика взаимодействия уходит корнями как в психологию, так и в логику, философию и другие науки. Коучинг — это искусство содействия обучению и развитию

другого человека, целью которого является укрепление в человеке собственных сил, уверенности в себе и ответственности.

Коучинговое взаимодействие предполагает повышение уровня эффективности коучи (клиента). Ключевым элементом в данном подходе является осознание и ответственность. Коучинг для подростков — это, по сути, поддержка формирующейся личности. В коучинговом пространстве нет оценочного мнения, там отсутствуют советы и наставления. Вопросы, которые задаёт коуч, помогают человеку найти ресурс внутри себя, найти внутренние и внешние точки опоры. Позволяет увидеть и принять свою уникальность, расставить приоритеты в жизни, а также он незаменим в постановке целей и достижении их в максимально короткие сроки.

В работе с детьми коучинг способен решить множество проблем, представив их в виде задач. Например, повысить успеваемость, наладить взаимоотношения со сверстниками, научиться грамотно распределять своё время, засыпать без света, распоряжаться финансами, преодолевать самостоятельно свои негативные эмоции и т. д. Образование в таком подходе помогает учащимся поверить в свои силы, максимально раскрыть и использовать свой личный потенциал.

Существует огромное множество приемов в коучинге. Во взаимодействии с подростками, в первую очередь, следует отметить так называемые коучинговые вопросы с применением макро- и микромоделей (GROW, SMART и проч.), что позволяет помочь поставить перед собой конкретную цель, исследовать реальность и возможности для ее достижения, составить план по осуществлению желаемого, определить время, необходимое для реализации.

Метафорические ассоциативные карты (МАК) в коучинге с детьми являются незаменимым инструментом. МАК — уникальная проективная методика для работы с различной проблематикой как индивидуально, так и в групповом режиме с огромным спектром действия. Изображения на картах стимулируют творческий потенциал и коммуникацию, развивают ассоциативное мышление, а также могут использоваться в качестве игры. МАК позволяют очень бережно осуществить обход рационального мышления, снять защиту и внутреннее сопротивление, создать условия для диалога между внешним и внутренним миром человека.

Интеграция игровых приемов в коучинговом взаимодействии с детьми уместна как при проведении индивидуальных, так и групповых коуч-сессий. Играть любят все, а дети особенно. Игра помогает удерживать внимание группы подростков на процессе взаимодействия длительное время. Применение игровых

техник с распределением ролей имеет зачастую терапевтический эффект. Ну и, конечно, игра — это всегда радость, праздник и получение удовольствия от процесса, что является очень ценным в коучинге.

С подростками отлично зарекомендовала себя визуализация и работа с линией времени. Фантазия ребенка часто безгранична, что повышает эффективность коучингового взаимодействия.

Применение нарративных приемов в коучинге с детьми, например, сочинение сказки, позволяет быстро и точно определить актуальную проблему в данный момент времени, а также исследовать возможности, ресурсы и варианты решения задач. Также крайне эффективным является применение различных техник арт-терапии.

В данной статье рассмотрены основные принципы в образовании и воспитании таких выдающихся педагогов, как Л. Н. Толстой, К. Д. Ушинский и Г. С. Сковорода, а также концепции величайших психологов Д. А. Леонтьева и Л. С. Выготского. Именно на их изучениях базируется применение коучингового подхода в работе с подростками.

Л. Н. Толстой (русский писатель, философ и педагог) в 1859–1862 гг. в своём поместье Ясная Поляна основал школу для крестьянских детей. Там же он и проводил свои педагогические исследования, основываясь на опыте русских и зарубежных деятелей. «Способности даны каждому: одного природа одарила музыкальным слухом, другого — склонностью к изучению наук, третьему дала руку мастера, четвертому — глаз художника, а кому-то даровала только доброе сердце, готовое бескорыстно служить людям…» (Л. Н. Толстой).

Единственным критерием педагогики Л. Н. Толстой считал свободу, а единственным верным методом образования он назвал опыт. Его принципы воспитания, вызывающие интерес у родителей и педагогов современности, лежат в основе коучингового взаимодействия.

О большевистской педагогике того времени Л. Н. Толстой писал: «Человек живёт, чтобы проявить свою индивидуальность. Воспитание же стирает её». В основе его практики лежали идеи о свободном воспитании, которое не портит детей, а помогает им находиться в гармонии с собой и окружающим миром. В школе Толстого дети сами выбирали те предметы, которые хотели изучать. Он был убежден, что лучше научиться полезному, чем зубрить то, что никогда не пригодится в жизни. Отсюда вытекал принцип развития самостоятельности. Также свободное воспитание предполагало положительные эмоции и интерес

к науке. Он заменял «сухой язык» терминов в обучении на интересные опыты, наблюдения и игровые процессы, тем самым стремясь к развитию воображения и творческих способностей детей.

Он очень много писал и рассуждал о вреде принудительного характера воспитания. Выступал против наказаний и применений розог. Л. Н. Толстой был убежден, что свобода высказывания мысли и даже дискуссии и спор с учителями необходимы для развития уверенной в себе личности. В яснополянской школе ученикам было позволено даже критиковать учителей. По его мнению, только доверием можно заслужить авторитет у учащихся, благодаря которому повышается эффективность обучения. Поэтому принцип открытости и искренности взрослых в отношении детей, которые чувствуют ложь, стал одним из фундаментальных в его педагогических воззрениях.

Толстой считал, что главная наука, которую обязан постичь каждый ребёнок,— это «наука быть человеком». По его мнению, все дети изначально чисты и открыты, а все изменения происходят под влиянием того, что их окружает. Поэтому самый первый принцип педагогики Л. Н. Толстого — это постоянное саморазвитие и совершенствование самого себя, взрослого, который взаимодействует с детьми [5].

Если обратиться к основным принципам коучинга — принципу осознанности и принципу ответственности, то с уверенностью можно отметить, что идея воспитания и образования Л. Н. Толстого лежит в основе современного коучингового взаимодействия с детьми. Применение игровых приемов в коучинге — это, бесспорно, один из эффективнейших способов проведения групповых коучинговых сессий с подростками. О важности применения игр в обучении и развитии ребенка много писали и другие ученые — К. Д. Ушинский, Л. С. Выготский, Д. А. Леонтьев, Д. Б. Эльконин.

К. Д. Ушинский (писатель и основоположник педагогики как науки) придавал огромное значение личности учителя, достоинством которого было умение вовлечь учеников в учебный процесс, заинтересовать, мягко и искусно направить ход урока. «Чтобы избежать просчетов воспитания, необходимо как можно раньше приобщать детей к труду, к самостоятельной деятельности, к самостоятельному мышлению. Все, что может ребенок сделать сам, все, что ему посильно, он должен делать. Дети любят трудиться. Даже играя, они приобщаются к труду. Они вносят в игры и серьезные занятия. А иногда работающий ребенок так увлекается игрой, что не отличает игры от серьезных дел, получая величайшее на-

слаждение, скажем, от копания грядок, плетения корзинок, шитья кукол. И вот эту-то игру-труд и должен использовать родитель и воспитатель как средство развития активности детей, как средство приобщения детей к величайшему воспитателю, каким и является свободная инициативная деятельность ребенка» [6].

В игре, по мнению К. Д. Ушинского, формируются все стороны детской души, ум ребенка, «его сердце и его воля, и, если говорят, что детские игры предсказывают будущий характер и будущую судьбу ребенка, то это верно в двояком смысле: не только в игре высказываются наклонности ребенка и относительная сила его души, но сама игра имеет большое влияние на развитие детских способностей и наклонностей, а, следовательно, и на его будущую судьбу» [1].

Самым важным для К. Д. Ушинского было осознание цели воспитания, обосновывая которую он подчеркивал важность и значимость определения самой цели, которая должна соизмеряться с физическими и психическими возможностями человека «всего как он есть, со всеми его народными и единичными особенностями — его тело, душу, ум». «Если нам говорят, что целью воспитания будет сделать человека счастливым, то мы вправе спросить, что такое разумеет воспитатель под именем счастья… что одному кажется счастьем, то другому может показаться не только безразличным обстоятельством, но даже просто несчастьем… Решительно у каждого человека свое особое понятие о счастье и что понятие это есть прямой результат характера людей…, результат многочисленных условий… Та же самая неопределенность будет и тогда, если на вопрос о цели воспитания отвечают, что оно хочет сделать человека лучше, совершеннее. Не у каждого ли человека свой собственный взгляд на человеческое совершенствование». «Самое воспитание, если оно желает счастья человеку, должно воспитывать его не для счастья, а приготовлять к труду, жизни» («Труд в его психическом и воспитательном значении») [1].

Таким образом, именно применение коучинга в работе с детьми подкрепляется основными педагогическими идеями К. Д. Ушинского. Коучинг не учит, а помогает учиться, находить пути для решения задач, основываясь на тех ресурсах, которые есть в каждом человеке. Как, по мнению К. Д. Ушинского, огромное значение в обучении играет личность учителя, так же и в коучинге, главный инструмент — это личность коуча, его ценности, осознанность, безграничная вера в коучи и тот потенциал, который изначально заложен в каждом человеке.

Г. С. Сковорода — один из крупнейших мыслителей XVII в., выдающийся философ, поэт, композитор и педагог. Его творчество имело ярко выраженную ан-

тикрепостническую направленность. Г. С. Сковорода видел природные различия людей, «неравное всем равенство», образно писал, что каждый человек может стать счастливым, подобно сосуду, наполненному до краев, но размеры сосудов у всех разные. Он утверждал, что каждый человек, выбирая свое дело, должен основываться на своих индивидуальных способностях: «Яблоню не учи родить яблоки: уже сама натура ее научила. Огради ее только от свиней» [7].

По мнению Г. С. Сковороды, сама жизнь нам подсказывает, что дается легко, к чему есть способности для успешной деятельности. Он, как и К. Д. Ушинский, был убежден, что именно в труде выявляются природные возможности ребенка и обнаруживается наиболее подходящая для него сфера деятельности. Г. С. Сковорода придавал колоссальное значение идее самопознания как непременному условию верного пути познания. Современный коучинг базируется на идеях самопознания, на уникальности личности, на индивидуальных средствах достижения целей.

Особое внимание следует обратить на психологические предпосылки для применения коучинга в работе с подростками. Советский психолог Выготский Л. С. свои первые работы в сфере психологии посвятил проблемам детского развития и кризисным периодам, когда возникает больше всего проблем в воспитании. По его мнению, высшие психические процессы — это сложные психические процессы, формирующиеся всю жизнь в результате овладения средствами и орудиями, созданными в ходе исторического развития общества. Отличительными признаками этих процессов Л. С. Выготский называл осознанность, опосредованность и произвольность. Примерами этих процессов, по убеждению ученого, являются творческое воображение, счет, чтение, письмо и произвольная память, посредством которых человек получает возможность управлять своим поведением и психическими процессами. В отличие от животных, которые подчиняются исключительно биологическим законам, развитие высших психических функций человека происходит путем присвоения исторически выработанных форм и способов деятельности. Все высшие психические функции сперва являются развернутой формой взаимодействия взрослого и ребенка, а затем превращаются в индивидуальные психические функции. Этот процесс перехода называется интериоризацией. «Психологическая природа человека представляет собой совокупность человеческих отношений, перенесенных внутрь и ставших функциями личности и ее структуры»,— утверждал Л. С. Выготский [2].

Одно из основных понятий теории Л. С. Выготского — зона ближайшего развития (ЗБР), которая представляет собой разницу между уровнем актуального развития (те задачи, которые ребенок способен решить самостоятельно) и уровнем потенциального развития (задачи, которые решаются под руководством взрослого или в сотрудничестве со сверстниками). Л. С. Выготский писал: «Обучение только тогда хорошо, когда оно идет впереди развития. Тогда оно побуждает и вызывает к жизни много других функций, лежащих в зоне ближайшего развития. Обучение может ориентироваться на уже пройденные циклы развития — это низший порог обучения, но оно может ориентироваться на еще не созревшие функции, на ЗБР,— это высший порог обучения; между этими порогами и находится оптимальный период обучения» [3].

Коучинг предполагает взаимодействие с подростками на основании ЗБР Л. С. Выготского, который утверждал, что учителя должны быть особо наблюдательными для того, чтоб определить, на каком этапе развития находится ребенок, учитывать его индивидуальные способности и социальное окружение. Это позволяет составить план дальнейшего обучения таким образом, чтоб максимально выявить детские способности и поощрять их использование. Одна из ключевых задач взрослых — создать ребенку те условия, в которых зона ближайшего развития будет опережать зону актуального развития. Именно эта задача лежит сегодня в основе эффективного коучингового взаимодействия с подростками.

Кроме всех вышеперечисленных оснований для применения коучинга в работе с детьми, хочется уделить внимание концепции Д. А. Леонтьева. Д. А. Леонтьев — выдающийся российский психолог, специалист в областях психологии личности, мотивации и смысла, теории и истории психологии, психодиагностики, психологической и комплексной гуманитарной экспертизы, соратник и последователь Л. С. Выготского. В своей книге «Деятельность. Сознание. Личность» психологию подростков он рассматривает в контексте построенной им теории личности и теории деятельности. Те процессы, которые происходят с человеком в подростковый период, он назвал вторым рождением личности. «Личность действительно рождается дважды: первый раз — когда у ребенка проявляются в явных формах полимотивированность и соподчиненность его действий… второй раз — когда возникает его сознательная личность. В последнем случае имеется в виду какая-то особая перестройка сознания… переход, знаменующий собой подлинное рождение личности, выступает как событие, изменяющее ход всего последующего психического развития». По его мнению, второе рождение личности — это «рождение сознающей себя личности» [4].

Этот процесс является крайне важным при становлении личностной автономии подростка, его личностной зрелости, самоуправлении, сепарации от родителей и возникновении чувства взрослости. Согласно исследованиям Д. А. Леонтьева, автономность подростка — это овладение своим поведением, формирование системы внутренней регуляции деятельности, способной обеспечить постановку, преследование и реализацию субъектом целей. Переход от детства к взрослости, личностное развитие определяется Д. А. Леонтьевым как нарастающая эмансипация в направлении личностной автономии, в основе которой лежит самодетерминация — это способность действовать с опорой на высшие осознанные критерии.

Подводя итоги, учитывая все приведенные выше аргументы, можно прийти к однозначному выводу о значимости применения коучинга в педагогике и воспитании. Применение коучингового подхода в работе с подростками помогает им максимально эффективно и мягко пройти процесс взросления, научиться ставить перед собой цели и достигать их самостоятельно. Главной задачей такого взаимодействия является развитие в детях творческого потенциала, уверенности в себе, осознание своей уникальности, развитие самостоятельности и ответственности.

Список литературы

1. Алиева Л. В., Ушинский К. Д. О педагогических правилах воспитания человека // Отечественная и зарубежная педагогика.— 2014.— № 2 (17).— URL: https://cyberleninka.ru/article/n/k-d-ushinskiy-o-pedagogicheskih-pravilah-vospitaniya-cheloveka

2. Выготский Л. С. История развития высших психических функций // Собр. соч.: В 6 т.— М.: Педагогика, 1983.— Т. 3.— 368 с.

3. Выготский Л. С. Мышление и речь // Собр. соч.: В 6 т.— М.: Педагогика, 1982.— Т. 2.— 502 с.

4. Леонтьев А. Н. Учебное пособие / А. Н. Леонтьев.— Москва: Смысл: Академия, 2004.— 352 с.

5. Толстой Л. Н. Полное собрание сочинений: В 90 т.— М.; Л.: Государственное издательство художественной литературы, 1928–1958.

6. Ушинский К. Д. Педагогические сочинения. В 6 т. / Ред. коллегия: С. Ф. Егоров, И. Д. Зверев и др.— М.: Педагогика, 1990.— Т. 5, 6.

7. Черкасова Р. С. Содержание психологических взглядов Г. С. Сковороды // Социально-экономические явления и процессы.— 2015.— № 4.— URL: https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhanie-psihologicheskih-vzglyadov-g-s-skovorody

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЙ КОУЧИНГ — ОБОСНОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТА, УМЕСТНОСТЬ И ПРЕДПОСЫЛКИ ПРИМЕНЕНИЯ

Иванова Зоя Алексеевна
кандидат экономических наук, член правления АРК,
супервизор АРК, коуч-мастер АРК, руководитель лаборатории решений АРК
zoeivanova@yandex.ru

Сандомирский Марк Евгеньевич
доктор психологических наук, кандидат медицинских наук

DOI: 10.38006/907345-57-7.104.110

Аннотация: *данная статья рассматривает применение психосоматического коучинга в работе с клиентами как в формате отдельной сессии, так и на различных ее этапах. Основанием для написания служит привлечение внимания профессионалов к эффективности этого подхода при работе с внутренними противоречиями и конфликтами клиентов, сложностях формулирования ими запроса, а также для психогигиены самого коуча с целью заботы о себе, своем ресурсном состоянии и поддержании должного качества предоставляемых услуг.*

Ключевые слова: *коучинг, психосоматический коучинг, психосоматика, внутренний конфликт, интегративный подход, психогигиена коуча.*

Некогда такая новая в России форма и практика поддержки человека при решении его профессиональных и личных задач, как коучинг, не только становится все более востребованной, но и претендует на рекорд по обилию его вновь возникающих разновидностей. Для того чтобы психосоматический коучинг не был зачислен в разряд таких новомодных ребрендинговых тенденций, а, напротив, дать представление о его давних системных истоках с обоснованием результативности подхода, и написана эта статья.

Она представляет собой краткое подведение итогов многолетнего сотрудничества в области формулирования методологии психосоматического коучинга, его применения и обсуждения этой практики двух экспертов — коуча-практика

с 20-летним профессиональным опытом Ивановой З. А. и одного из первых в России специалистов в области системной психосоматики с более чем 30-летним стажем — Сандомирского М. Е.

Психосоматика как направление в медицине, психологии и психотерапии, заключающееся в изучении воздействия факторов психологического характера (эмоций, переживаний, чувств) на телесное состояние человека, или, проще говоря, телесное отражение душевной жизни человека [4], традиционно является объектом внимания врачей, психотерапевтов и других специалистов помогающих профессий и хорошо представлена в существующих публикациях.

В чем заключается формат работы, который определяется как психосоматический коучинг? На чем основывается его соответствие коучингу, а также его результативность?

Известно, что коучинг предполагает ответственность клиента за результат работы, его самостоятельность и осознанность в достижении и присвоении полученного результата. Более 10 лет успешного применения психосоматического коучинга в работе с клиентами позволяют утверждать, что он отвечает этим условиям, является очень действенным методом и рекомендуется коучам не только к практическому применению при работе с клиентами, но и для личной психогигиены. И это тоже является важным фактором осознанного поддержания работоспособности и качества предоставляемых услуг.

Нередко в случае невозможности клиентом решить стоящие перед ним задачи или разрешить возникшие сложности самостоятельно речь идет о том, что человек что-то хочет, но как бы не может изменить. При этом доступные для изменения проблемные аспекты реальности им или не осознаются, или отрицаются, а потому и не поддаются рациональному анализу.

Сложности, с которыми сталкиваются и за разрешением которых клиенты обращаются к коучу, нередко являются результатом дезадаптивного поведения в ответ на актуальные вызовы в жизни, как личной, так и профессиональной, при этом истинные причины проблем остаются неосознаваемыми или отрицаемыми ввиду болезненности такого осознавания.

Это происходит в результате действия известных психологических защит, являющихся следствием вытеснения и регрессии (в форме разнообразных искажений субъективной реальности). Именно потому, что человек представляет реальность искаженно, возможные пути действительного решения проблемы им не

осознаются, поскольку отвергаются даже на уровне внутренней цензуры (кризис «снизу», иррационально-интуитивный), а осознаваемые — оказываются нереалистичны (кризис «сверху», рационально-когнитивный). Этот механизм, называемый детектором ошибок, начало формирования которого относится к раннему возрасту не только человека, но и человечества, связан с эволюционной, филогенетической общностью адаптивных механизмов: на инстинктивном уровне — выживания — продолжения рода — группового единства; на эмоциональном уровне: тревоги — агрессии — депрессии [6]. Призванный играть конструктивную роль, в меняющихся условиях этот механизм со временем превращается в жесткого надзирателя и препятствует изменению сложившегося поведения человека и его проходу в новизну [1]. Человек при этом может пытаться решить задачу рациональным способом, но решение по разным причинам не удается, так как не решаются существенные противоречия и срабатывают механизмы внутренней цензуры.

Современный человек испытывает дополнительные сложности при осознавании и разрешении внутренних конфликтов и противоречий. Растущее и пропагандируемое стремление жить в мире без противоречий приводит к их вытеснению, создавая при этом новые противоречия.

На практике клиенты могут обходить соприкосновения с глубинными внутренними конфликтами путем длинных повествований о сложностях, деталях, обстоятельствах текущей ситуации, перечисления причин и аргументов и т. д. Выявление глубинного запроса может занимать не одну сессию «хождения вокруг да около», в итоге коуч рекомендует клиенту проработать ту или иную тему с психотерапевтом или психологом.

Психосоматический коучинг позволяет, не прибегая к психотерапии, в формате коучинга снять ряд внутренних противоречий, преодолеть вытеснения, снизить болезненные ощущения при переходе клиента к требуемому осознаванию своего аутентичного запроса.

Главным решением при выходе из «капкана» противоречий становится поиск холистического способа уживаться друг с другом взаимо-оппонентным акторам, или частям собственной личности. Эту задачу решает, например, регрессионный диалог, как один из инструментов психосоматического коучинга. И таким образом динамическое противоречие находит конструктивный выход.

В этом проявляется базовый закон мышления (от Аристотеля до Г. В. Гегеля): в процессе мышления противоречия разрешаются путем их интеграции, от тезиса

и антитезиса — к синтезу [7]. С точки зрения рациональных бинарных оппозиций, противоречие, которое может быть снято путем интеграции, становится этапом развития.

Вместо обесценивания внутренних конфликтов и проблем клиента, которое нередко происходит при давании ему советов и рекомендаций в разных жизненных ситуациях, психосоматический коучинг позволяет перейти к непосредственному диалогу сложных чувств и ощущений, которые служат репрезентациями сторон внутреннего конфликта, и привлечь их к решению стоящих перед клиентом задач непосредственно в ходе коуч-сессии.

Невербальное представление проблемы, используя кинестетическую, визуальную и другие модальности, позволяет обойти внутреннее сопротивление, причем экологично, целиком и полностью используя образы и описания клиента. Техниками поддержания адаптивных состояний становятся при этом диссоциативно-экзистенциальное самонаблюдение и самоанализ [5].

Преодоление базового противоречия регрессии достигается при этом благодаря ресурсу осознанности: способности человека думать о том, что он делает, наблюдая за собственным телесным состоянием в процессе действия.

Таким образом, в основе технологии практического решения коучинговых задач лежит комплексный подход, синтез рациональных и иррациональных механизмов поиска и принятия решений. Рациональные, вербальные компоненты в решении проблемы носят характер подготовительный (изначальная постановка задачи) и завершающий (итоговое осознавание и утилизация). Невербальные интуитивные компоненты обладают довербальной и поствербальной природой и находятся вне обычных рамок осознавания [8]. Тем не менее искомое решение приходит благодаря направленному диалогу, в котором клиент сам отвечает на вопросы коуча.

Сама интервенция может занимать от нескольких минут до сессии целиком.

Одним из способов разрешения проблем служат и такие инструменты, как диалог ощущений или психосоматический реперентинг-1 («сам себе родитель»), или психокоррекционное повторение онтогенеза, когда человек временно перестает быть взрослым в силу регрессии.

В ходе коуч-сессии психосоматический коуч инициирует у клиента процесс его регрессионной осознанности, диссоциированное наблюдение себя-взрослого за собой-ребенком через дифференциацию, осознание и рефлексию в отношении

своих чувств и состояний. При этом, при помощи вопросов коуча, в клиенте происходит синтез взрослого и детского состояния себя. Во внутреннем диалоге себя-взрослого с собой-ребенком формируется действительное умение быть собой, быть внутренне «взрослым», преодолевая моменты спонтанной или индуцированной неадаптивной регрессии, возникающие на протяжении всей жизни.

На невербальном уровне механизм внутренней цензуры отменяется. И в некоторые моменты (которые принято называть инсайтами) происходит объединение запроса и имеющихся в распоряжении возможностей — и тогда человек осознает решение. Это первоначальное решение (подсознательная догадка) сложилось уже ранее [8], а в процессе работы (в частности, в формате психосоматического коучинга) становится доступным. И тогда возникает осознанное представление, которое может быть превращено в слова.

В результате достижение заявленного на цикл сессий или на сессию результата достигается не только быстрее, но действительно органично и экологично по отношению к системе клиента.

За многие годы практики психосоматический коучинг успешно применялся для работы и в групповом формате, в ходе сессий развития креативного мышления, поиска нестандартных решений, командообразования, эффективного взаимодействия и др.

Важно отметить, что успешное и экологичное применение психосоматического коучинга подразумевает наличие ряда условий. Со стороны коуча необходима соответственная подготовка, как в области коучинга, так и в области психосоматического подхода. Важную роль играет личный опыт работы с психосоматическим коучем и рефлексия этого опыта, эмоциональная зрелость коуча, способность четко определять уместность и экологичность работы с заявленными проблемами в формате коучинга, а не терапии.

Коучу необходим устойчивый навык к многофакторному наблюдению и способность удерживать в фокусе внимания оттенки состояния клиента и его изменения, а также своего собственного состояния, адаптируя его к ходу процесса. Коуч должен быть в состоянии мониторить процесс достижения заявленного на сессию результата, выдерживать формат и структуру коуч-сессии, не «сваливаясь» в терапию в результате утраты коуч-позиции и нарушения контракта на коучинг.

Со стороны клиента необходима готовность и согласие работать в предлагаемом формате. Эффективность работы в ходе единичной сессии предполагает

наличие у клиента определенного эмоционального и соматического интеллекта (что на практике определяется как способность «быть в контакте со своими эмоциями, чувствами, телесными ощущениями») и выявляется в ходе предварительного обсуждения запроса клиента.

Заключение

Необходимая стабилизация и достижение клиентом состояния динамического спокойствия (активное ресурсное состояние в отличие от отстраненности и выключения интереса к происходящему в жизни) являются важнейшей предпосылкой для принятия взвешенных решений по заявляемым клиентом целям и задачам.

Так как ключевыми элементами коучингового взаимодействия являются повышение осознанности клиента, понимание им направленности и причин действенности применяемых инструментов (вместо таинственных эзотерических отсылок) и осознанное применение их самостоятельно, принятие на себя ответственности за прогресс в достижении поставленных целей посредством понимания своих внутренних противоречий и путей их преодоления, то в пользу психосоматического коучинга говорит, по совокупности, следующее:

1. Принципы действия психосоматического коучинга поддаются описанию и объяснению. Это не «волшебные инструменты», а конкретные процессы с объяснимыми причинами их эффективности.

2. Применяемые практики и инструменты психосоматического коучинга, как например, авторская методика МЭР [2, 3], воспроизводимы впоследствии самим клиентом. После объяснения и обучения применению они не создают зависимости клиента от постоянного взаимодействия с коучем, позволяют ему использовать их самостоятельно, что также положительно сказывается на принятии клиентом ответственности за результат и его присвоение.

3. Результаты сессий психосоматического коучинга обладают пролонгированным эффектом.

4. Регулярное применение инструментов психосоматического коучинга необходимо для психогигиены самого коуча и поддержания им ресурсного состояния. И в этом состоит уже его ответственность за качество предоставляемых услуг.

Практика применения психосоматического коучинга и его инструментов показала свою высокую эффективность в работе с разнообразными запросами кли-

ентов в последние 10 лет при соблюдении упомянутых выше условий. Сама методика может быть рекомендована коучам разных направлений как для работы с клиентами, так и для своей психогигиены и поддержания ресурсного состояния.

Список литературы

1. Бехтерева Н. П. Магия мозга и лабиринты жизни.— М.: Аст, 2015.

2. Сандомирский М. Е. Метод меридианальной эмоциональной разрядки // Психотерапия. Материалы Конгресса. Объединённый Евроазиатский конгресс по психотерапии.— Выпуск № 5.— 2013.— № 11.— С. 23–24.

3. Сандомирский М. Е. Периодизация психического развития с точки зрения онтогенеза функциональной асимметрии полушарий // Современные проблемы физиологии и медицины.— Уфа: Башкирский гос. мед. университет, 1997.— С. 44–63.

4. Сандомирский М. Е. Психосоматика и телесная психотерапия: практическое руководство.— М.: Независимая фирма «Класс», 2005.

5. Сандомирский М. Е. Психосоматическая антология. Текст 1.— Екатеринбург: Ridero, 2018.

6. Симонов П. В. Мотивированный мозг.— М.: Наука, 1987.

7. Уилбер К. Интегральная духовность.— М.: ООО «Ориенталия», 2013.

8. Libet B. Neurophysiology of Consciousness.— Springer Science, 1993.

ЧАСТЬ 3

ДИАЛОГИ АРК

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ В КОУЧИНГЕ

Вострухина Наталья Викторовна
член правления АРК, руководитель комитета ДПО
и комитета аккредитации образовательных программ АРК
E-mail: natalia.vostrukhina@coach-rus.org

Королихин Андрей Валерьевич
председатель правления АРК, супервизор АРК
E-mail: 5007864@gmail.com

DOI: 10.38006/907345-57-7.112.124

Аннотация: *запись беседы (встречи проекта «Коуч-среда» Русской школы коучинга) от 15 июля 2020 года. Собеседники: Королихин Андрей Валерьевич, председатель правления АРК, и Вострухина Наталья Викторовна, член правления АРК.*

Ссылка на видео: *https://drive.google.com/file/d/1NS_1C9TK5j-szgwKdG6uSXIXxKsIV9Jf/view?usp=sharing*

Ключевые слова: *коучинг, риск, безопасность, методология, практика, инструменты, ресурс.*

Андрей Королихин: Коллеги, добрый день! Мы рады приветствовать вас на проекте «Коуч-среда» Русской школы коучинга. Мы — Андрей Королихин и Наталья Вострухина. Сегодня мы предложим вам рассмотреть тему о технике безопасности коуча в коучинге. Я прошу вас написать в чат, если у вас есть вопросы или нюансы, которые вы, с точки зрения своей практики либо каких-то других аспектов деятельности коуча, хотели бы сегодня разобрать и осветить. Я озвучу мои критерии, перечислю их, и, возможно, это будет для вас стимулом для того, чтобы за что-то зацепиться вниманием.

Но для меня самое главное до всех моментов, которые есть в коучинге, есть у меня такое докоучинговое состояние, называется «намерение». Это то, с каким намерением коуч входит в коучинговое взаимодействие. Также это и то, с каким намерением входит клиент. Первое или даже нулевое — это намерение. Затем,

ресурсное состояние — это то, что нужно коучу и клиенту для того, чтобы коучиноговое взаимодействие состоялось и коуч был в коуч-позиции. Далее — работа только с коучинговым запросом в коучинге в методологии коучинга. У коуча есть право «уволить» клиента. Не только клиент выбирает коуча, но и коуч выбирает клиента. В любой момент, когда коучинговое взаимодействие не гарантирует результат, коуч имеет право, с точки зрения безопасности процесса и результата, принять какое-то решение, в том числе прекратить коучинговое взаимодействие или поставить его на паузу до возобновления, например, ресурсного состояния.

Затем вопрос профессиональной гигиены — это личная ответственность каждого коуча. Решается он качественно с помощью супервизии. Супервизия — это обязательная составляющая коучинговой практики. И она должна быть просто… Коучинг без супервизии — деньги на ветер. Затем есть профессиональная ответственность коуча, в том числе и перед профессией, и перед рынком за всё, что он делает. Есть также социальная ответственность перед конкретным клиентом и перед обществом. Это такая широкая рамка, которая опирается на постоянное развитие методологии коучинга и изучение корней. Откуда что пошло для того, чтобы не быть как перекати-поле и не кататься по рынку на колесе баланса. Изучение смежных специализаций необходимо для того, чтобы знать границы методологии коучинга через соприкосновение с другими помогающими и развивающими практиками. И самое главное — это авторство жизни.

Так вот, я озвучил свои критерии техники безопасности. Наташа, эфир твой.

Наталья Вострухина: Андрей, спасибо, всем добрый день! Я хочу начать издалека. Всё, о чем я буду сейчас говорить, еще не из пространства самого коучинга, а до него. Всё, о чем я буду говорить, безусловно, дискуссионно, и мне будет очень интересно ваше мнение и ваша позиция по поводу того, что я до вас сейчас донесу.

Смотрите, мне лично интересно соотношение между тремя понятиями — безопасность, риск и вред. Причем начну я с последнего. Вред всегда предполагает умысел. Он говорит о непрофессионализме, о несоблюдении этических норм. И мы не будем идти глубоко в эту тему, потому что она отдельная. Она нам сегодня не нужна. Далее риск. На мой взгляд, безрискового коучинга не бывает. Он всегда сопряжен с тем или иным риском. Другое дело, каков уровень этого риска? Почему? Сама отвечу на свой вопрос. Потому что безопасность не равна зоне комфорта. Когда мы вступаем в пространство коуч-сессии, мы, и коуч,

и коучи, делаем шаги из зоны комфорта, и очень тонка грань между тем, где безопасно, чуть менее безопасно, чуть более повышается риск и т. д.

У меня здесь возникает такой образ. Коучи — он всегда как исследователь, он очень часто идет в ту территорию, в которой он еще не бывал. Коуч — проводник, можно так сказать, однако риск всегда есть, даже когда ты по этой территории, по новой для себя или местами незнакомой, движешься вместе с проводником. И поэтому для меня здесь главное — это, пожалуй, баланс безопасности и риска. По аналогии с балансом фрустрации и поддержки. По аналогии с балансом вызова и наличием ресурсов. В моем представлении такое соотношение внутри коучингового взаимодействия имеют эти три параметра. Что касается непосредственно безопасности — той самой, сбалансированной, в балансе с риском, находящейся внутри уже самого пространства коуч-сессии,— то здесь, я это написала мелким шрифтом, на мой взгляд, использование аналогий и метафор позволяет значительно снижать потенциальный риск. Потому что мы часто можем работать практически без контекста, который потенциально может являться весьма стрессогенным для коучи.

К понятию стресса, я сейчас про этот комплекс буду рассказывать, я вернусь. Он у нас всегда присутствует. Хотелось бы нам этого или нет, но он в коучинговом взаимодействии всегда есть. И еще, безусловно, искусство маленьких шагов. Казалось бы, всем известное. Но, когда мы движемся по чуть-чуть, когда мы не бежим впереди себя самих, то этот баланс безопасности и риска схлопывается, выходит в ноль, если можно так сказать, и привести такую картинку. Перейду к вот этому комплексу. Почему мне показалось сегодня важным вам о нем рассказать? Потому что это то, с чем мы внутри коучи, не буду сейчас говорить про коуча, хотя у нас это тоже всё присутствует и происходит, встречаемся в каждой коуч-сессии в той или иной мере. Существует такой комплекс. Его называют иногда механизмами совладающего поведения, иногда целым комплексом, который определяет тот или иной выбор того или иного вида совладающего поведения. Я попытаюсь объяснить, что это представляет из себя по сути и что с этим можно делать.

Когда у коучи возникает запрос и он приносит его коучу, мы часто, и вы все, безусловно, спрашиваете его о предыдущем опыте: решал ли ты когда-то такую задачу? А что там было внутри решения этой задачи? Какими ресурсами ты там пользовался и т. д. Это так называемые копинг-ресурсы, предыдущий опыт этого

самого коучи. И он позволяет выстраивать опору на то, что уже происходило, фактически опору внутри себя, опираться на то, что происходило в жизни коучи. Этот механизм включается всегда, когда возникает какой-то запрос.

Одновременно внутри этого комплекса есть так называемые защитные механизмы. И они также возникают обязательно. Мы не можем их обойти полностью. Очень часто в процессе взаимодействия возникает задача снизить их влияние. Это важно. Без снижения влияния защитных механизмов на то, что происходит с коучи, мы часто не можем двигаться куда-то дальше. Что здесь? Что есть у коуча из компетенции? Хотела сказать инструментов, но это, конечно, не инструменты, это компетенции. Во-первых, конфиденциальность. Во-вторых, выстраивание доверительных взаимоотношений. И то, что является частью коуч-позиции — это безоценочность. Когда тебя не оценивают, тогда коучи ощущают себя, скажем так, безопасно, но, учитывая вот этот вот баланс риска и безопасности. Все это позволяет снижать уровень психологических защит коучи и двигаться дальше в процессе коучингового взаимодействия.

И что самое, пожалуй, интересное в этом комплексе, в том числе и для коучинга? Как только мы встречаемся с коучи, у него вот это всё начинает работать, когда он свой запрос формулирует и когда работа продолжается. Это, собственно, выбор поведения: что я буду делать в той или иной ситуации? Как я буду достигать своей цели? Это так называемые копинг-стратегии. Они могут быть неконструктивными, например, избегание, представление о том, что этой ситуации не было, и прочее. Мы о них не будем говорить, они нам в коучинге не очень интересны. И что здесь есть у нас в руках для того, чтобы коучи выбрал копинг-стратегию в виде сначала позитивной переоценки события, затем конструктивного решения сложившейся ситуации, конструктивного движения к той самой цели, которую он для себя задумал?

Здесь, во-первых, рассмотрение цели, сложившейся ситуации с точки зрения копинг-ресурсов. Я уже об этом говорила. И стремление к позитивной переоценке того, что существует сейчас, того, что есть и работа с выбором совладающего поведения, копинг-стратегий, того, что мы будем делать в той или иной ситуации путем моделирования. Все это в итоге формирует ту самую проактивность, которая является на самом деле одним из видов совладающего поведения. Когда мы принимаем на себя ответственность за достижение целей или выхода из сложившейся ситуации, мы становимся проактивными. С этим комплексом мы встре-

чаемся постоянно в процессе коучингового взаимодействия, и у нас есть возможность с ним работать для достижения баланса риска и безопасности. Вот такая история, которую я вам хотела сегодня изложить. Андрей, передаю тебе слово.

Андрей Королихин: Спасибо, Наташа. Коллеги, может быть, сейчас есть какие-то вопросы? Если нет и они появятся, пишите. Для меня на этом слайде безопасность, риск, вред не сбалансированы, например, целью, процессом и результатами. Потому что всё, что тут написано, это очень важно, но это, скорее, то, что нужно учитывать в своей деятельности, в практике. И даже в какой-то мере предвосхищать, чтобы предотвратить. Был вопрос о случаях, лично наших, когда что-то случилось, и клиент был недоволен, и требовал что-то от коуча. Про всё это можно поговорить. Но начать нужно с того, что докоучинговая стадия, я не устаю это проговаривать и повторять для различных аудиторий, определяет качество коучинга на очень большую долю. Я думаю, что больше чем наполовину. Почему? Потому что методология сама по себе достаточно текучая. А для того чтобы это течение, этот поток, за которым, собственно говоря, и приходят коучи — это то, что должно быть грамотно обрамлено.

И если у методологии нет границ, и коуч, например, в своей речевке, такой фонограмме, перед коучинговым взаимодействием не может изложить на языке клиента ЧТК (аббревиатура — что такое коучинг), то всегда возникает вопрос, чем мы занимаемся. Что от нас ожидают клиенты, и как происходит совпадение процесса с ожидаемым результатом. Владение методологией и выбор наилучшего инструментария — на основе чего это происходит? Я считаю, что на основе взаимности в намерениях. Эта взаимность в намерениях проявляется в докоучинговом периоде. То есть, по сути, это компетенция номер один, когда коуч инициирует договоренности, письменные или устные, в любом случае это должно быть совершено. Это просто как ритуал, как обязательная часть коучинга. Подавляющее большинство проблем возникают из расхождения в намерениях, в результате расхождения в ожиданиях и удовлетворенности. Это обязательно нужно делать.

На этой стадии нужно расставить все точки над ё для того, чтобы у клиента было максимально возможное, в крайнем случае, необходимое и достаточное понимание того, что будет происходить. Что возможно и что точно невозможно, чтобы не было неоправданных ожиданий. Собственно, этому и служит ЧТК, куда входит обязательное информирование о безопасном психологическом пространстве. Договоренность о каких-то знаках, сигналах или словах, которые четко

и ясно демонстрируют коучу, что, если по каким-то причинам коуч не считывает вербальные, невербальные и паравербальные сигналы, которые указывают на то, что клиент начинает выходить из ресурса, либо испытывает какой-то дискомфорт,— здесь важно объяснить. Все это в зависимости от стиля, от целей коучинга, от формата коучинга. Что, если человек обратился за… наверное, это фантазия моя… за трансформационным коучингом, либо в процессе коучинга уже проявляется, что трансформация необходима, возможна, и, силами конкретного коуча в паре с коучи, это возможно, то необходимы определенные ритуальные притоптывания. И коуч берет на себя риск перепрыгнуть пропасть трансформации вместе с клиентом на все 100% в данной сессии. Если по каким-либо причинам этого не происходит, а их может быть много, и основная — это недостаточное ресурсное состояние, чаще всего, коучи, но может быть это и сгенерировано недостаточным ресурсным состоянием коуча… Следовательно, важно, чтобы до момента прыжка в трансформацию коуч и коучи были выровнены по ресурсам.

Сейчас есть пауза, чтобы задать вопрос, например, или добавить что-либо.

Наталья Вострухина: Да. Я прокомментирую. Ресурсное состояние — это почти равно тот комплекс, о котором я рассказывала.

Андрей Королихин: Да, согласен, потому что коуч, профессия коуча — это рисковая профессия.

Наталья Вострухина: Ура!

Андрей Королихин: Она высокорисковая. Потому что программы коучинга существуют только в воспаленном сознании клерков в корпорациях, которые просят при первичном контакте: «Пришлите, пожалуйста, программу коучинга». Не знаю… Программа, конечно, может быть, но, скорее всего, не коучинга. И коуч, вступая в коучинговое взаимодействие, абсолютно точно находится в зоне риска неопределенности, и это просто среда для коучинга. Потому что, если всё определено, то коучинг не нужен. Можно решить вопросы менее затратными и более структурированными способами. Наверное, так.

Наталья Вострухина: Да. Андрей, спасибо за то, что ты меня поддержал, потому что это ровно то, что иными словами сейчас излагала я.

Андрей Королихин: Теперь к тому, что творится у нас. С одной стороны, юридический или правовой беспредел — это сложность для и той, и другой стороны в коучинге. А международная практика, по крайней мере, в корпоративном формате, решает этот вопрос следующим образом: на западе в крупных

организациях обязательное требование для участия в качестве коуча и консультанта и прочее — это страхование профессиональных рисков. В 2011 году Евросоюз, благодаря инициативе коучинговых некоммерческих объединений, договорился о том, что деятельность коучей саморегулируется профессиональными некоммерческими объединениями. И этого достаточно для того, чтобы организации, которым нужно страхование профессиональных рисков, это обеспечивали.

В остальном на западе прецедентное право, и, насколько я знаю, все вопросы решаются по мере возникновения. А здесь, скорее, я предложу вам рассмотреть профессиональные и статусные имиджевые риски для коуча в случае, когда клиент чем-то недоволен. Причем его недовольство может касаться чего угодно, и чаще всего это не касается самого коучинга, его процесса и, очень редко, результатов.

Яркий пример из моей практики. Там не было каких-то претензий, я работал с очень статусным владельцем бизнеса. В какой-то момент работа была практически без контекста, так как была очень сложная и психологически окрашенная ситуация. У клиента был бизнесовый запрос. Тем не менее были личностные ограничения, вызванные сильной психологической травмой, про которую он умолчал при заключении контракта на коучинг. И в какой-то момент клиент имеет абсолютное право сказать: «Стоп, хватит» по любому поводу. Причем я это озвучил в самом начале, и клиент кивал. Он принял, по крайней мере, телесно, это было видно, это условие. Он понял, что без объяснения причин он может приостановить на неопределенный срок или полностью отказаться от моих услуг и не нужно объяснять почему.

Тем не менее клиент предпочел объяснить мне, что я занимаюсь с ним не коучингом, а гипнозом, которым я не владею. Сам человек не обладает компетенциями, чтобы оценить, занимаюсь я гипнозом или коучингом. Следовательно, для меня… Это было достаточно давно, еще в досупервизионный период. И для меня это было попадание в нересурс. То есть меня это точно выбило из ресурсного состояния. И я просто стал продумывать, как возможно себя защитить от подобных ситуаций для воспроизведения в будущем. Единственная копинг-стратегия, которую я для себя теперь исповедую,— что никто ничего никому не должен. И, соответственно, любой заказчик, любой клиент, коучи, с которым я непосредственно взаимодействую, может выкидывать любые коленца. Проявляться так, как он может в данный момент, потому что через него проявляется то, что не в по-

рядке в его системе. Как отражение того, что не в порядке в системе профессии коуча, в методологии коучинга и в личном исполнении этого коучинга.

Ничего просто так не бывает. То есть у того клиента была сильная психологическая травма, и он просил работать с ним на расстоянии 7–10 метров, ближе к нему не приближаться. И в какой-то момент при подведении итогов он сидел на одном углу длинного кожаного дивана метров 7 длиной, и я просто присел на подлокотник с противоположной стороны. И мы смотрели в одну сторону с ним, когда он, почти закатив глаза и заломив голову, глядя так почти в потолок, подводил итоги. После чего была изложена версия, что я с ним сел в гипнотическую посадку. Меня просто это сейчас веселит. Тогда мне было забавно, что человек такого уровня ищет причину, чтобы просто не продолжать.

Хотя, со своей стороны, как раз в этот момент у меня назрело полное осознание: то есть клиент предоставил столько материала в сфокусированной форме для того, чтобы я ему рекомендовал не продолжать коучинговое взаимодействие по причине того, что ему нужно сначала обрести ресурсное состояние. Собственно, главный принцип: подойди к зеркалу и все претензии, которые у тебя есть, выскажи себе. А потом поищи крайних, если будет в этом какой-то смысл. Вот. То есть тут в какой-то мере клиент меня опередил. Потому что я хотел это сделать очно, а клиент, как более, наверное, заинтересованная и, с точки зрения системного проявления, более активная часть нашего коучингового взаимодействия, сделал это по телефону. Чем сохранил мне достаточно много времени и ресурсов. Я не знаю, как вам этот текст и кейс?

Наталья Вострухина: Мне кажется, всё, что ты сейчас рассказывал, очень перекликается естественно с предыдущей темой и предыдущими вопросами. И знаете, что здесь еще? Критериев оценки-то нет, правильно ведь? Ни коучи, ни профессиональное сообщество, ни коучи, ни заказчик, ни весь комплекс этих людей не могут оценить ни процесс, ни результат. В общем и целом. Поэтому все исковые требования, например, будут носить не коучинговый, а какой-то иной жизненный характер, в каком-то ином контексте находиться. И я хочу сказать о том, что, по сути, от этого никто из нас не застрахован, какую бы деятельность он вообще ни предпринимал. То есть в отношении нас может быть предъявлен иск, совершенно не связанный с тем, чем мы занимаемся. Так и здесь. Потому что нет критериев оценки. Андрей, так ведь?

Андрей Королихин: Смотрите, коллеги: действительно, претензия может прилететь по любому поводу. За 15 лет практики и 15 лет возглавления и лидирования профессиональных сообществ коучей, потому что у меня был до 15-го года период, когда я возглавлял ПАРК, потом он превратился в АРК. И, собственно говоря, просто АРКовская эпоха более структурированная, более системная и качественная за счет того, что есть юридическое лицо. По действующему российскому законодательству совершенно необязательно регистрировать юридическое лицо для профессионального объединения, если оно не претендует на какие-то вопросы институализации. Такие как профстандарт, регистрация профессии и т. д., разработка и поддержание каких-то стандартов деятельности. Так вот. К чему я? Какие были жалобы, скажем так?

Одна из жалоб была к коучу, который выступал на конференции ПАРК, то есть ни членства, ни какой-то членской причастности, естественно, не было. Даже эфира не было, то есть это было просто онлайн-мероприятие, которое никак не зафиксировано с помощью интернета, кроме как упоминание в анонсе. Были претензии к двум спикерам в разные года. Один спикер является еще и книгоиздателем. Он задержал отправку какой-то книги и поэтому нарушил какие-то ожидания, связанные с тем, что он не коуч для клиента. Еще вариант был, когда один из спикеров — не скажу, что он коуч,— продал онлайн-курс и не стал его проводить. Соответственно, его разыскивали, чтобы вернуть деньги. И самый, наверно, вопиющий вариант был, когда коуч после коучингового взаимодействия у клиента занял денег. И не вернул. Причем достаточно серьезную для клиента сумму. Но смотрите: на жизнедеятельности конкретных коучей это насколько могло отразиться? Не сильно, потому что впрямую с коучинговым взаимодействием это не связано. Но на восприятии коучинга как методологии и на восприятии коуча как профессионала, то есть профессии коуча, это абсолютно точно отразилось. Потому что вы наверняка знаете маркетинговый принцип, что недовольные клиенты на порядок больше рассказывают о событии.

Что мы можем сделать? У меня как-то была дискуссия про коучинг, про профессию, про ресурсные состояния достаточно много лет назад. Может быть, лет 10 уже или больше, скорее, больше. И один из коллег сказал, что я даже сплю как коуч. Я говорю: «Что, в коуч-позиции?» «Ну, покажи как…» Это было публичное мероприятие. И какая задача стояла? Задача стояла прояснить, что всё, что мы

делаем за рамками коучинга, влияет на наш авторский коучинг. Влияет на профессию коуча, на методологию коучинга и рынок коучинга. Это голограмма.

Все высказывания в соцсетях по поводу и без повода, особенно если так или иначе мы цепляем такие важные темы, которые очень важно обходить стороной, как в коучинговом взаимодействии, так и за рамками. Это религия, секс, не сам секс, а вот сексуальные предпочтения и всё остальное, и, естественно, политика. В приложении к моему договору на коучинг есть в копии клиента приложение, в котором клиент по доброй воле отмечает и в том числе отвечает и на эти вопросы. Рассказывая как-то так или иначе, либо добровольно, либо подневольно о том, что важно для него. В частности, я всегда, если клиент сам не изложил либо письменно, либо при первой встрече химической или установочной… Для меня всегда важны вопросы его родительской семьи, того статуса, в котором он находится, что происходит в его семье. Потому что я, конечно же, предпочитаю не заниматься вопросами лайф-коучинга. Это чисто маркетинговое разделение. Чаще всего проблемы с ресурсом, с ресурсным состоянием находятся именно в этих областях.

И даже неловкой шуткой или каким-то косвенным образом всегда можно зацепить человека за ценности в вопросах религии, политики или сексуальных особенностей. Вот это в коучинге нам точно не нужно. И все вопросы — sexual harassment и прочих чудес, понимаете? И если коуч просмотрел, что у человека бардачок на чердачке, то кому претензии?

Наталья Вострухина: Андрей, можно я спрошу? Вернись, пожалуйста, к оценке результата процесса деятельности коуча. В моем представлении это тема для очередной научной работы, потому что она не проработана абсолютно. И непонятно, кто и как может оценивать, по каким критериям, комплекса оценочного нет.

Андрей Королихин: Вы знаете, коучинговые взаимодействия происходят даже не в 3D, а в 4D. И клиент имеет право уйти вот в это четвертое измерение, я про это еще писал там в 2005-м году, по любому поводу. Вот эта многогранная, многофакторная неопределенность, наверное, и является ресурсом коучинга, его результативности — в том, что клиент в любой момент может поменять свой запрос и критерий его измерения. И он может сказать в любой момент: «Спасибо, мне достаточно, давайте, я хочу сейчас другую тему проработать, тут я уже все свои решения принял». Соответственно, как тут подключать науку? Науку можно подключать следующим образом: мозг — это очень энергосберегающая машина,

не машина, а образно машина. Система, скорее всего, да. И решения, которые мы принимаем… Мозг нас извещает за определенный период времени о том, что телом решение принято. И каким-то образом волшебным в наше сознание прилетает, что решение высшими инстанциями принято.

Не помню, к сожалению, испаноговорящего автора, нравится его высказывание, что это решения принимают нас, а не мы принимаем решения. И мы лишь проводники на том жизненном пути, отрезке жизненного пути клиента, в том, чтобы решение приняло его. И нужно определенную смелость, а иногда просто окаянство, для того чтобы идти к этому решению, как коучу, так, в первую очередь, и клиенту. Но клиенту-то некуда деваться. Это в его системе решение принято, и он к нему идет. Чтобы оно его приняло. А коучу часто приходится, в метафоре бега: коуч бежит по полосе препятствий, а клиент на скорость или каким-то образом движется по беговой дорожке. Почему? Потому что коучу в этот момент для того, чтобы на полшага сзади двигаться за своим клиентом, нужно еще заниматься массой сопутствующих и обязательных коучинговому процессу действий. Наблюдение, суммирование, выбор наиболее уместной интервенции и т. д.

При этом всем еще коуч должен быть в ресурсе для того, чтобы обеспечить безопасное психологическое пространство и вообще, в принципе, безопасность, как клиенту, так и себе. Вот в метафоре скалолазания коуч — это инструктор, который не инструктирует, как двигаться, как забивать эти крючья, цепляться за выступы скалы. Он отвечает за то, чтобы клиент проверил перед выходом, снаряжение в комплекте? Пил клиент перед выходом на стенку или не пил? И сам он принимал решение? Стоит ему сегодня лезть на эту стенку или нет? Потому что в случае связки коуча и клиента, если клиент сорвется со стены, то коуч полетит, скорее всего, вместе с ним. Вот такая метафора. Вопросы?

Задача коуча, как наиболее прокачанного в этой паре персонажа,— предвосхищать и предвидеть ситуацию. Это, знаете, как высококлассные телохранители. Они точно знают, я работал с такими людьми, они говорят, что, скорее всего, в моменте сделать уже ничего нельзя. На 90 с лишним процентов успех их работы в предвидении и предвосхищении. Точно также и у коучей. Мы никого никуда не ведем, мы следуем за клиентом, и клиент отвечает за все свои действия. Но у коуча есть задача быть услышанным и понятым в тот момент, когда клиента может заклинить на какие-то моменты, которые могут повредить лично ему, его системе, его близким.

И бывают ситуации, когда действия коуча обостряют эту ситуацию и провоцируют ее. Следовательно, метафора такая, что клиент находится с одной стороны ограждения, и коуч идет рядом с ним с другой стороны ограждения, но по минному полю. Потому что клиент может перепутать сторону и попытаться в каких-то моментах сблизиться с коучем. Коучу важно держать психологическую дистанцию. И это тоже вопрос за рамками коучинга. Что возможно? И что невозможно? Для того чтобы коуч-позиция в коучинговом взаимодействии была безупречной.

Был вопрос про финансовую составляющую. Здесь я могу отметить следующее. Для того чтобы не заниматься коллекторскими функциями, в частности, с корпоративными заказами, самый предпочитаемый вариант — это, конечно же, 100%-ная предоплата. Но заказчики, особенно крупные заказчики, имеют не то чтобы переговорную, а просто системную позицию, которая состоит в том, что они сейчас диктуют правила игры. Но не всем. Есть буквально, может быть, десяток, может быть, два персонажей, которые еще как-то могут влиять на договорной процесс. Но чаще всего это всё-таки давление заказчика. Когда заказчик в лучшем случае платит по графику платежей, платит половину до, половину после. Про всё это есть на сайте АРК, в разделе «Услуги» — «Исследования» есть результаты, можно это почитать.

Еще момент. Если вы не хотите заниматься коллекторскими услугами — не услугами, а деятельностью, то каждый решает для себя, брать деньги вперед или подписываться на то, что деньги придется ждать как минимум. И бывает, что это два, три месяца в крупных корпорациях. Бывает, что поступают предложения от такого самого крупника: «Вы, пожалуйста, на свои деньги купите билет, съездите к заказчику или на какое-то выездное мероприятие, проведите тренинг и включите все расходы, гостиницу и всё остальное в стоимость гонорара». Чаще всего это еще сопровождается, что сумму нужно разбить на несколько юридических лиц. Соответственно, представьте количество телодвижений, которые нужно совершить. Опытные бойцы закладывают три-пять концов от гонорара обычного в таких ситуациях, чтобы стоимость времени, а деньги — это функция времени, соответственно, и время тоже стоит много чего. Почему? Потому что у коучей, особенно если они работают во фрилансе, у них 100%-ные альтернативные издержки.

То есть если коуч занимается коллекторскими функциями, то он не продает, не оказывает услуг, не повышает квалификацию, не отдыхает, не общается с лю-

бимыми и близкими друзьями, то есть он на 100% вовлечен в то, чем он заниматься, по сути, не должен. Во взаимоотношениях с физлицами там всё проще. Возможно, в диапазоне от независимости финансовой, что я иногда исповедую и проповедую в своей деятельности, когда клиент приходит на сопровождение, и коучинг происходит ad hoc, по запросу, когда приспичило, то я говорю: «Мне не нужно от вас фиксированной суммы предоплаты, просто вы плюс одну сессию всегда оплачивайте». То есть первый раз он оплачивает две сессии, а потом просто вносит. Потому что высокий коэффициент тревоги у невинных, с точки зрения коучинга, людей, при заключении контракта. Если можно снизить коэффициент трения, то я говорю: «Если вам так удобнее». Я часто сам предлагаю просто для того, чтобы быть независимым от этого клиента. Потому что бывают ситуации с финансовой точки зрения, когда начинаются капризы. То есть клиент говорит: «Ну, у вас же на счету там энное количество моих денег, поэтому давайте. Вот мне приспичило полпервого ночи сессию провести, и ваши циклы жизнедеятельности меня не волнуют». Морочиться возвращать деньги, доказывать кому-то что-то. Просто происходит мгновенное спасибо. Большими буквами. И это последнее, что между нами происходит в таких случаях. С другой стороны, у этого диапазона 100%-ная предоплата, когда с финансовой точки зрения коуч вроде как защищен. Но там тоже есть масса нюансов, на которые стоит обращать внимание.

Андрей Королихин: Коллеги, спасибо вам за атмосферу, за среду, которую мы вместе создаем. Для меня этот формат — возможность подумать в процессе, когда я говорю. В основном у меня концепция: я дорого молчу, поэтому здесь я, видимо, компенсирую что-то с вашей помощью и для вас. Наташа, скажешь доброе слово?

Наталья Вострухина: Спасибо, Андрей, спасибо, коллеги. И до следующих встреч.

КОСМИЧЕСКИЙ ЧЕЛОВЕК: ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОСМЫСЛЕНИЕ ОПЫТА И ЭТИКА ДОЛГОЖИТЕЛЯ В КОУЧИНГЕ

Вострухина Наталья Викторовна
член правления АРК, руководитель комитета ДПО и комитета аккредитации образовательных программ АРК
E-mail: natalia.vostrukhina@coach-rus.org

Пронин Михаил Анатольевич
кандидат медицинских наук, член АРК, исследовательская группа «Виртуалистика», сектор гуманитарных экспертиз и биоэтики Института философии РАН: ИГВ ИФ РАН
E-mail: virtus@mail.ru

DOI: 10.38006/907345-57-7.125.144

Аннотация: *настоящая статья — расшифровка беседы Натальи Вострухиной (Ассоциация русскоязычных коучей: АРК) с автором и докладчиком Михаилом Прониным (исследовательская группа «Виртуалистика», сектор гуманитарных экспертиз и биоэтики Института философии РАН: ИГВ ИФ РАН; член АРК), предваряющей его выступление на конференции АРК «Коучинг: научные основы, методология и профессиональная этика» (14 ноября 2020 года). В статье рассматриваются философско-антропологические основания для формирования и развития методологии коучинга с опорой на отечественные научные ресурсы: физиологию И. М. Сеченова, философскую антропологию и этнологию Я. В. Чеснова, виртуалистику Н. А. Носова, системные методы и пр. Рассмотрена феноменология неприятия и приятия методологического пласта в профессиях. Анонсированы некоторые идеи, формирующие контекст развития методологии коучинга на русском языке. Высказаны некоторые рекомендации ориентирующего — навигационного плана, основанные на онтологических представлениях о внутреннем пространстве человека как «рабочем месте» коуча.*

Ключевые слова: *методология, коучинг, философия, этика, виртуалистика, долгожительство, опыт, осмысление, онтология.*

Наталья Вострухина (НВ): Говорить сегодня будем о научно-практической конференции, которая пройдёт на площадке Ассоциации русскоязычных коучей (АРК) 14 ноября 2020 года в формате онлайн. Название конференции: «Коучинг: научные основы, методология и профессиональная этика». И сегодня со мной один из ключевых и самых значимых спикеров конференции — Михаил Пронин. Михаил, день добрый! Представьтесь, пожалуйста, нашим зрителям и читателям!

Михаил Пронин (МП): Коучинг — это одна из ипостасей моей жизни. Сейчас, как и раньше, я занимаюсь наукой, осмыслением, собственно философско-антропологическим, своей жизни и жизни других людей. Я сотрудник Института философии РАН (ИФ РАН); если раньше это был Центр виртуалистики Института человека РАН (ЦВ ИЧ РАН: 1992–2004 гг.; http://ich.iph.ras.ru/), то теперь это исследовательская группа «Виртуалистика» института философии РАН (с 2005 г. по настоящее время: https://iphras.ru/virtual.htm). Виртус — это виртуальность. Обычно все думают, что это компьютер и интернет, но это бы всё не работало, если бы не работала природная виртуальность человека! Собственно, виртус (virtus, лат.) — это добродетель, особое состояние силы, доблести и мужество воина в бою; для мужчины — это харизма, для женщины — харита, или грация. Я как раз занимаюсь вот этой самой харизматичностью. Поэтому когда специалисты по харизматическому лидерству его транслируют, но не рассказывают, как оно устроено, то это вопрос к ним. Более того, виртуоз — однокоренное слово, а артист — то же самое на греческом языке, что и виртуоз; вот этой самой «виртуозностью» я и занимаюсь, то есть тем, как рождаются богатыри и богини. Вот та задача, которая стоит перед любым отцом, мамой, бабушкой, дедушкой, а не только перед коучем. Про подобное рождение могу что-то «рассказать шёпотом и закатывая глаза».

НВ: Можно и без спецэффектов, я думаю. Михаил, узнаем ли мы о виртуалистике в ходе Вашего выступления на конференции, или это отдельно, за границами конференции?

МП: В «форме тоста», конечно, узнаете, потому что время ограничено. Но тот, кто посмотрит анонсируемое выступление, поймёт, что виртуальность разная, что есть несколько точек зрения и на виртуальную реальность, и на виртуалистику. Узнает, что внутренним пространством человека, как бы оно не называлось,— антропологическим, духовным, душевным, субъектным, субъективным и так далее,— занимается виртуалистика, виртуальная психология школы Носова Николая Александровича (1952–2002). Ресурсы есть, лекции есть, книжки есть;

то есть скорее «отсыл» к ней будет, чем подробный рассказ (www.virtualistika.ru, www.виртуалистика.ру). Задача — пробудить здоровый и нездоровый — страстный, увлечённый, самозабвенный,— интерес к этой теме. Потом, опять же, насколько коуч готов заниматься своей методологической оснасткой, это же к нему вопрос, за это, как правило, не платят. Более того, научная стезя отнимает время у семьи, отнимает время от зарабатывания денег, то есть наука и методология скорее долгосрочные инвестиции, связанные с осмыслением своего собственного опыта. То есть ты либо осмысляешь, либо работаешь; здесь тоже нужно найти баланс. Так что, конечно, что-то зрители о виртуалистике узнают. Но сколько я ни пробовал что-то целостное рассказать меньше чем за 1,5–2 часа — не получается.

НВ: То есть Вы успеете нам дать список литературы, правильно я понимаю?

МП: Список литературы, если он нужен, мы дадим, но какие-то мотивирующие вещи, естественно, будут. И понятно, что обязательно будет практический материал, который поможет коучу сориентироваться в этом методологическом лесу: куда заходить, что читать и куда плыть, в конце концов, кому можно вопросы, которые коуча интересуют, задать. Моё выступление скорее навигатор. Обязательно кто-то получит подтверждение своим мыслям, для кого-то будут какие-то откровения, естественно, у кого-то будет поддержан его энтузиазм. Моё выступление, все-таки, будет помогать осмысливать не бесцельно прожитые годы. Опыт — это не то, что с нами произошло, а то, что мы делаем с тем, что с нами произошло! Важно знать, что и как с этим опытом делать, в какой школе, в каком ключе. Как раз один из возможных подходов, взглядов, являет та школа, развитием которой я занимаюсь — мировоззренческая. Виртуальный подход абсолютно беспредметен, в этом смысле он инвариантен, универсален и может быть применен к любому типа антропопрактик: там, где есть субъект деятельности в системе деятельности — я сейчас перехожу на системный язык. Естественно, коуч, если он хочет быть методологически оснащённым, должен освоить системные методы. Они разных поколений, в разных вариантах и с разной степенью сложности излагаются. Желательно, чтобы у человека был опыт: жизненный, социальный, профессиональный — в том числе и в профессии консультанта, тренера, коуча. Я считаю, что всеми этими практиками владею, и поэтому могу сказать, что мне было полезно, что помогло. Тренеры же, например, понимают, что в группе идут скрытые процессы, групповая динамика, которые тренер должен видеть и понимать. Ты, как ведущий, как тренер, говоришь про одно, а имеешь в виду другое;

в этом смысле так же и коуч, когда задаёт вопросы, у него должно быть понимание того, кто он, где он, где его клиент, как все эти пространства, ситуации описывать. Не смотреть же каждый раз на этого клиента как на «новые ворота». Хотя понятно, что есть её величество индивидуальность, и пока коуч, или консультант, не растеряется в разговоре с человеком, попавшим в трудную, непростую жизненную ситуацию, не происходит такого скачка и не входит он в реальность — в контакт с реальностью жизни этого человека (клиента), организации, группы и так далее.

НВ: Михаил, скажите, а как будет называться тема вашего доклада? Или оставим интригу?

МП: Почему? Это «Космический человек: профессиональное осмысление, опыт и этика долгожителя», соответственно, в коучинге. «Космический человек» — это коуч, и коуч должен знать, в какой момент времени он становится этим самым космическим человеком; что до космического человека идёт совершенный, а до совершенного человека — внутренний человек. Но встаёт вопрос, а что это за классификация и каких людей, и чем они отличаются, откуда данное представление взялось? И так далее!

НВ: Михаил, я уже отчётливо понимаю, но я это предполагала и заранее, что тут не хватит, не то что тоста, не то что получаса, не то что двух часов… И поэтому, если я могу, если это уместно сейчас сделать, хочу сразу пригласить Вас на площадку АРК. Потом, после конференции, для того чтобы ответить на все вопросы, которые будут возникать. Если не на все, хотя бы на часть из них. Рассказать что-то ещё, если это для Вас возможно, приемлемо и интересно.

МП: Да! Я открыт к Вашему приглашению, но, опять же, есть большая проблема, как задать вопрос про то, что ты не знаешь. Задайте мне конкретный вопрос про ферменты печени — я врач по образованию — я вам конкретно отвечу. Если вы не можете задать этот конкретный вопрос, то и спросить-то о чем?! Аналогично: «Кто тебя будет встречать в Парижском аэропорту?» — Ты сам! Каким ты приехал в этот Париж, таким ты его и увидишь, скорее всего. Разве что действительно какое-то чудо произойдёт, и ты откроешь для себя миры Монмартра, которые ты даже и не ожидал. Поэтому то же самое с методологией: какие есть «в ней» описания? Опять же, близка тебе сейчас или нет смена профессиональной методологической оптики. У меня были коллеги, которые появлялись через 10–15 лет, говорили: «Вот я сидел на твоём семинаре, записывал, а тут нашёл

ту тетрадь, открыл, и я вдруг понимаю, что я понимаю, а тогда я писал, просто записывал и ничего не понимал»,— «И?» — «Хочу ещё, потому что надо разобраться…» Это нормальная, типичная история в методологии и в философии.

Для меня ребёнок мой наполнен конкретным психофизиологическим содержанием. А что такое миф? Миф — это то, на что у человека нет телесности. Поэтому материнство для меня, как для мужчины, это миф. Как бы я не осваивал методологию — я могу роды принять, у меня практика акушерства гинекологии была,— как бы я фильмы не смотрел про беременных мужчин, анекдоты бы не рассказывал, для меня материнство всё равно останется мифом. Правда, есть сейчас некоторые течения, которые считают, что они, как Козьма Прутков, «чрезмерным усердием и разум превозмочь могут», но если нет психофизиологии, телесности, то, конечно, многое — что такое космический человек, или совершенный человек, или внутренний человек? — останется пустым мифом. Когда появится телесность для методологии, ты вспомнишь об этом и скажешь: «А-аа, точно, было-было, так вот чем я теперь занят!»

НВ: Думаю, у нас будет шанс ознакомиться с литературой, хотя бы в части того списка, который Вы посоветуете, и тогда, может быть, вопросы появятся. Вполне вероятно!

МП: Космический человек никакого отношения к космосу не имеет; это святоотечественная восточная религиозная философия, известная «лествица Исаака Сирина», где описываются трансформации внутреннего человека. Но, опять же, для того чтобы этот внутренний человек появился — социальные рождения, перерождения должны быть в опыте. Поэтому когда человек начинает различать себя внутреннего и внешнего, отличать внешние интенции от внутренних, когда это произошло, то описание статусов антропологических надо где-то искать, чтобы понять, интерпретировать и применять в жизни. Чаще всего все думают о возрастной психологии. В советское время было всего две всесоюзные конференции по возрастной психологии, как таковой, в «чистом виде». А так, в остальном, для человека после 27 лет это была детская, педагогическая, медицинская, профессиональная психология и партполитработа в войсках: политическое просвещение, образование. Насколько они были адекватны тому, что каждый советский человек искал в себе, чтобы разобраться со своим внутренним миром? Естественно, и коуч отчасти в этом пространстве работает, поэтому надо понимать, с кем и с чем, как

профессионал, ты дело имеешь. С чем конкурируешь? Где можешь взять научные ресурсы для своей практической работы.

Чем ребенок трехлетний отличается от шестилетнего? В шесть лет у человека происходит удвоение реальности сознания, он начинает различать свои мысли и чужие мысли; теперь его можно отдавать в школу [1]. Мы точно также повторяем подобные «удвоения» в какой-то момент, на очередном этапе своего развития: личного, профессионального, творческого. Для многих профессионалов в коучинге переход от чужих мыслей к своим мыслям как раз связан с тем, чтобы какой-то методологией заняться. Поэтому сознание у успешного коуча может быть «дошестилетним», шестилетним и т.д.; он может зарабатывать деньги, весьма приличные, слыть мастером помощи и действительно помогать людям. Но работать с чужим. Я понятно говорю?

НВ: Да, вполне!

МП: Дальше встанет вопрос: если ваша добродетель помогает, вы успешно продаёте, не задумываясь, и даже когда говорите, не думаете, о чем говорите, потому что «автомат» профессионализма работает, значит, вы специалист экстракласса — надо ли что-то менять? И, не дай бог, вы начнёте заниматься методологией, у вас сразу количество клиентов станет меньше, вам станет скучно, вы начнете копаться в себе, расти и в конечном итоге потеряете доход. Поэтому зачем идти в методологию, виртуалистику, ещё куда-то? Не стоит!

НВ: Михаил, как на Ваш взгляд, есть ли вообще методология коучинга в русскоязычном пространстве? Она есть, или её нет, или она на какой-то стадии формирования, как вы считаете?

МП: Знаете, у меня же ещё долгожители есть в теме моего семинара.

НВ: Этот вопрос можно будет решить как раз с учетом долгожительства, вы имеете в виду?

МП: Да! Я этой темой заинтересовался благодаря тому, что работал вместе с Чесновым Яном Вениаминовичем (16.10.1937–28.12.2014): это наш крупнейший этнолог, философский антрополог; он 39 лет проработал в Институте этнографии и антропологии, с недавних пор этнологии, Российской академии наук. А на излёте своей жизни, последние 15 с лишним лет, он работал в Институте человека РАН и в Институте философии РАН, где я с ним и встретился. И одной из его давних тем была тема долгожительства, и я как-то задавал ему вопрос:

— Ян Вениаминович, скажи, пожалуйста, а у долгожителя какая философия?

— Михаил, какая философия?! Как правило, это всё обычные крестьяне, нередко малограмотные!

— Крестьянин, не крестьянин, если он 100 лет прожил, то у него хочешь не хочешь какая-то аутохтонная, самопальная какая-то, философия должна же быть, всё равно он её вынужден выражать какими-то сентенциями, интенциями, тезисами и так далее, хотя и не знает, как Остап Бендер, что «… играет восемнадцать испанских партий. В остальных двенадцати… хотя и устаревшую, но довольно верную защиту Филидора»?!

По аналогии, конечно, всё равно есть какая-то методология и в коучинге! Опять же, насколько мы осознаем её, насколько профессия осознанно и произвольно с этим вопросом работает? Уровнем осмысленности отличается профессионал от непрофессионала: можешь ли ты это нечто повторить, можешь ли ты это объяснить, можешь ты предложить сделать это как-то по-другому, а можешь ли ты привести примеры не только из коучинга, а из педагогики, из тренингов, из управления, из политики — то же самое показать?! Вот тогда это уже будет та самая методология, о которой мы планируем говорить на конференции. Поэтому, если есть профессия, по-любому присутствует и методология, и философия, и этика.

НВ: Я сейчас, слушая Вас, делаю для себя вывод о том, что не зря мы взялись за проведение конференции, потому что целью всей этой истории является сборка методологии коучинга в русскоязычном пространстве. Когда-то, не сразу по итогам конференции, не сразу с печатью планируемого научного сборника, о котором мы говорили, но когда-то в будущем. Это задача, на мой взгляд, решаемая с течением времени, верно?

МП: Понимаете, у нас же мир с одной стороны связан, а с другой стороны он же разорван. До коучинга к нам пришла эпоха тренингов, у нас появились люди, которые «первыми привезли тренинги» в Россию, появилась первая десятка выдающихся тренеров, про них рейтинги всякие «писали». Правда, когда начнёшь разбираться, а чему был посвящён первый рейтинг, то, оказывается, был он посвящён одному, а интерпретирован он был по-другому: как первые тренеры Земли Русской. Понятно, что это были 90-е годы, коллег-первотренеров я многих знаю. Поэтому ёрничал немножко, говоря, что вообще-то первыми тренерами

были Владимир Ульянов (Ленин), Максим Горький, Александр Богданов (Малиновский), когда они готовили актив российской партии большевиков (РСДРПб) из рабочих: создавали Партийную школу в Лонжюмо под Парижем и на Капри (Первая Высшая социал-демократическая пропагандистско-агитаторская школа для рабочих); кстати, между школами была нездоровая политическая «конкуренция». Туда приезжали рабочие, активисты, и в течение нескольких недель с ними проводили специальные занятия по интенсивной программе, по сути, это были первые тренинги. Соответственно, социал-демократы европейские это дело тоже подхватили. Чем отличается аналитик западный от аналитика «а-ля рюс»? Русскому раз скучно, актуальность прошла — он бросил, а западный продолжает над этим работать. Западные социал-демократы продолжали капитализировать навыки свои, методологически осмыслять опыт, превращать его в технологии, назвали формы интенсивной переподготовки тренингами, создали бизнес-пространство и потом к нам обратно привезли. Поэтому если у нас есть «иконостас» первых тренеров Земли Русской, то сначала там должен Ленин висеть, Богданов, Горький и вот этот десяток лучших, самых первых тренеров России. «Самых первых», если мы не знаем методологию и историю профессии.

НВ: Да, таких историй очень много, мне сейчас вспоминается тот же Майкл Уайт, который считается основоположником нарративного подхода. А на самом деле только в конце жизни он познакомился с работами Льва Семеновича Выготского и очень много из них взял, как выяснилось впоследствии.

МП: Тут есть такая фраза, К.-Г. Юнга по-моему, что «когда приходит время, яблоки созревают во всех садах одновременно», поэтому одно и то же открывается и здесь и там, и на Западе, и на Востоке, и в России. Поэтому какой-то кругозор должен быть, если мы найдём своё, что было не заслужено забыто, это тоже хорошо. Одно из направлений — технологии виртуальной дополненной, замещающей реальности, которыми я занимаюсь: это всё технологии редактирования сознания, расщепления человека — антропосхизии (αντροποσχιζια, греч.). Хотя тоже могу сказать, что 8 февраля 1941 года в Москве и ещё 5 городах открылись кинотеатры стереофильмов: люди шли, покупали билеты, смотрели стереокино без очков! И кинотеатры работали до 22 июня 1941 года. У нас в кино есть технологии стереоизображения, которые получили премию «Оскар» за технику в кино; это единственный технический «Оскар» у нашей страны, но об этой премии даже у нас, как правило, не говорят. А сейчас нам это продают как западные техно-

логии — кинотеатры IMAX все знают. Естественно, дикарям ушлые маркитанты всегда ружья продают со спиленной мушкой, это надо понимать. Поэтому неплохо отдавать себе отчёт, где твои слова, а где их переписали и тебе же их вернули. Но это собственный самообраз меняет: где мы, а где они? В этом тоже неплохо было бы разобраться!

НВ: Михаил, а если обратиться не к истокам, а к современности. Занимаемся мы сейчас, к примеру, коучингом, и, на мой взгляд, здесь язык исполнения играет очень большую роль. Одно дело коучинг на русском языке с его же носителем, когда коуч является носителем русского языка, менталитета, культурного кода и так далее, а другое дело, когда коучинг происходит на языке неродном для какой-то из сторон — коуча или коучи. И здесь тоже появляются те особенности, которые проистекают из русскоязычности, верно или нет, как на Ваш взгляд?

МП: Конечно, не без этого. Но я бы все-таки продолжил тему долгожительства с Я. В. Чесновым, которую начал. Да, оказалось, что у любого долгожителя есть некоторые этические основания в жизни, которыми он пользуется, и так как Ян Вениаминович был энциклопедического плана человек — могу показать его книжку, она издана была в Германии,— Historische Ethnographie der Länder Indochinas [8], причём немецкое издание более подробное, чем одноимённое русское.

НВ: А она есть на русском языке?

МП: Есть, да-да, конечно, есть [7]. И, в общем-то, оказывается, что этика долгожителя не является изобретением русским, немецким, казахским, ещё каким-то. Почему-то все долгожители на планете в конечном итоге похожи друг на друга своим ответственным поведением… И данная инвариантность или универсальность тоже крайне важна. И если мы говорим о профессиональной этике работы, то было бы неплохо, если бы она работала с долголетием. Может быть, нам эти долгожители подскажут, как себя вести? Но я, во всяком случае, по своим этическим основаниям, как я считаю, я стараюсь, не всегда получается, но тем не менее я долгожитель. Опять же, долголетие и долгожительство — это разные вещи, то есть не факт, что я 100 лет проживу, но любой герой — защитник Отечества — долгожитель! По критерию функции или предназначения долгожителей в популяции.

НВ: Михаил, очень интересно, и я слышу уже, видимо, то, что мы услышим на конференции, точнее, продолжение сегодняшней истории. А я всё-таки о своём,

у меня прежний вопрос: не зря ли мы говорим о специфике коучинга на русском языке, не зря ли мы идём к своим, отечественным, научным основаниям, к своим авторам, к своим научным деятелям? Мне кажется, что не зря, а как считаете Вы? Или, как Вы сказали, есть что-то общее, и оно настолько базовое, что учитывать родной язык или неродной не стоит?

МП: Одно другому совершенно не противоречит. Конечно, есть наша особенность, это несомненно. Более того, слово — Игорь Кузичев (АНО «Институт поведения») — говорит о лингвистической физиологии, собственно, имеется в виду слово как физиологический фактор.

НВ: Я тоже о ней говорю!

МП: И это работы, которые являются следствием или продолжением русской физиологической школы [3]. Если мы сегодня послушаем наших специалистов в области нейрофилософии, они просто говорят, что русская физиология — это археология, что мы убежали далеко вперёд. Но если вы посмотрите материалы конференции, посвящённой западноевропейской, французской, феноменологии и восточным индийским философиям, а потом почитаете одну из работ И. М. Сеченова, у которой 8–9 страниц всего,— «О предметном мышлении с физиологической точки зрения» [4], и вы увидите, что все эти современные учёные убежали не очень-то далеко. И ключевым фактором является то, что первая сигнальная система — физиологическая, а вторая сигнальная система — язык, слова, речь.И в этом плане у нас как были, так и сохраняются некоторые мировые приоритеты, потому что на Западе этих работ не знают. Современные психологи, физиологи их тоже, как правило, уже не читают, потому что они, можно сказать, у нас забыты тоже. Но когда начинаешь докапываться до этого слова, которое меняет судьбу человека, естественно, оно должно быть произнесено на его родном языке.

НВ: Ура, вот то, чего я ждала!

МП: Поэтому я могу какие-то анекдоты рассказать, как ко мне приходят коллеги…

— Знаете, Михаил, вот вы виртуалист?

— Да!

— А вы можете рассказать про виртуалистику за 2 минуты?

— Нет, я не могу.

— Ну, тогда вы не специалист!

— Ну что ж, пусть будет так.

Разговариваем, час-другой, приходит время, собираемся, уходим из кабинета.

— А вы,— спрашиваю,— кто, коллега?

Мне отвечают с гордостью:

— А я хороший психоаналитик!

А я коллеге в ответ:

— А что такое психоанализ, вы можете мне за 2 минуты рассказать?

— Ну, Михаил, это несерьёзно, знаете ли, это годы и годы!

— Да-ааа! Ну если вы за 2 минуты не можете мне рассказать про психоанализ, вы не специалист!

— Ну зачем вы так…— обижается психоаналитик.

— Подождите, подождите,— возражаю я,— давайте вернёмся туда, там мы за столом сидели и у нас был разговор, помните? Вы что мне сказали в ответ, когда я не смог про виртуалистику за 2 минуты рассказать? Поэтому я вам ваши же слова и оценку возвращаю! Перевожу разговор на другую тему: «А где же вы, коллега, учились психоанализу?» Идём, спускаемся по лестнице вниз, у нас на вахте сидит вахтер, а это конец 90-х годов — начало 2000-х, естественно, за науку никто не платил, людям приходилось подрабатывать (помню, у меня зарплата была 8 долларов в месяц). Мы подходим, я ключи сдаю:

— А что вы по психоанализу читали?

— Да у нас вообще книжек-то практически нет! — получаю в ответ от психоаналитика.

Я к вахтёру обращаюсь:

— Послушай, у нас книжек по психоанализу нет, вот,— показываю рукой на психоаналитика,— хороший психоаналитик мне говорит!

А вахтёр в ответ с возмущением:

— Как нет?! Я уже перевёл и издал несколько книг по психоанализу!

Я говорю психоаналитику, что это, мол, наш крупнейший отечественный переводчик психоаналитической литературы. Коллега-психоаналитик смотрит остекленевшим психоаналитическим взглядом: сидит вахтер — крупнейший переводчик психоаналитической литературы… Я с помощью «вахтёра» начинаю спрашивать, читала ли она-психоаналитик это, то или то-то; оказывается, там всего одна книжка и «хорошее психологическое образование».

— Подождите,— продолжаю,— сейчас, если посчитать, когда у нас «реабилитация» психоанализа произошла, Борис Николаевич, его, так сказать, реабили-

тировал, а там, у них, 5 лет учиться, ещё 5 лет надо проходить психоанализ на родном языке… И только после этого ты можешь стать психоаналитиком; что-то по математике не складывается, вы не можете быть психоаналитиком, пока ещё — вам ещё года 4 до него, нет?!

Здесь уместно примечание, что никаких официальных документов о запрете психоанализа в СССР нет. Все делалось негласно. Поэтому указ, который подписал Б. Н. Ельцин в 1996 году, был не о реабилитации, а «О возрождении и развитии философского, клинического и прикладного психоанализа».

Расставались по-доброму, психоаналитик увёз список литературы от «вахтёра», обещал заезжать. До сих пор жду приезда…

После этакого подумаешь, нужна нам методология или нет, а то человек набрался окаянства, пишет уже в визитке «коуч», «тренер», «консультант», «психоаналитик»…

Кстати, есть запись на сайте ИФ РАН, как раз по истории нашего российского психоанализа, Владимир Васильевич Старовойтов (тот самый «вахтёр») об этом и рассказывает [6]. Именно я его, кстати, приглашал у нас на семинаре по виртуалистике выступить. Он поделился тем, как его руководитель в институте в советское время советовал ему бросить заниматься никому не нужными переводами, что, мол, никогда книги эти не будут изданы… А он продолжал заниматься методологией психоанализа!

Так кому и когда методология нужна по-настоящему?

НВ: Михаил, подождите, нам нужно завершить наш с вами разговор приглашением на конференцию, а не вопросом о том, нужна ли вообще методология. Всё-таки, наверное, нужна? Все-таки, наверно, будет полезно? Может, не всем и не каждому…

МП: Есть люди с конкретным мышлением, есть и другие — с мышлением абстрактным; кому-то важны принципы, тогда он начинает какие-то методы использовать, а кому-то нужно сначала методы потрогать, а потом уже выйти на общие теоретические основания. Это такая «восьмёрка» получается. Но в конце концов и те и другие сходятся в том, что надо понимать, где рабочее место этого самого коуча, как устроено внутреннее пространство человека, в которое он якобы не лезет своим словом. Если ты не знаешь, как оно устроено, то как ты поймёшь, «залез или не залез», это кто определяет? Тоже вопрос! Конечно, этика долгожителя может быть такой подсказкой. Космический человек — одна из стадий

в классификации развития внутреннего (духовного) человека; где, как и когда у него нарастает добродетель возможностей? Опять же, как рождается виртуоз? Мы же хотим быть виртуозами в профессии в любой, да?

Я как-то лекции читал в институте повышения квалификации для педагогов и психологов на тему «Как становятся профессионалом»; ну читаю и читаю, а у меня раздражённо на третий день спрашивают: «А вы для кого читаете?» Я говорю: «Для всех, какая разница в том, что вы педагоги или психологи? У вас всё равно есть этот самый «внутренний» человек! Вы должны понимать, с кем вы имеете дело, поэтому без разницы!» На следующей лекции аудитория изменилась на 50%. Часть людей не пришла, но пришли какие-то новые. И мне говорят: «Михаил Анатольевич, а вы не могли бы первые три дня то, что вы рассказывали, повторить?» Я интересуюсь: а почему, зачем?

— Я записалась на курсы (для «бумажки», требуют), но не хотела ходить, потому что мне эта конкретика уже надоела, а тут коллеги приходят, плюются и ругаются, а я понимаю, что это то, что мне надо: какие-то общие вещи, принципы, законы, закономерности, константы, почему и там и там это работает. Я,— говорит,— и пришла! Мне не надо конкретной методологии педагогической работы или как урок построить. Интереснее, что за этим стоит, как человек внутри устроен, чтобы понимать, как жечь глаголом сердца людей!

Так что в какой-то момент у человека происходит желание подняться над самим собой, увидеть себя со стороны, поменять свой самообраз! И в этом смысле, естественно, и коуч этим заниматься, и психолог, и педагог, и руководитель, и любящая женщина или трезвый мужчина или муж: помогают поменять вам ваш самообраз.

НВ: Михаил, у меня такой вопрос здесь возникает. Для эффективного результата коучинга, все-таки мы про коучинг, может, действительно, не нужны ни научные основы, ни методология, а только инструменты? Научные основы и методология нужны ли для эффективного результата коучингового взаимодействия? Они его результат повышают?

МП: Я уже ответил на этот вопрос: если человек работает, хочет он или не хочет, но всё равно фактически для себя методологию он создаёт. У него, может, всё «сделано на коленке», но у него и методика, и технология, и методология какая-то вырабатывается. Другое дело, что он её формирует на своём языке, изобретает велосипед во многом, а когда ты вдруг увидишь, что какие-то вещи имеют

большую степень разнообразия… у тебя 7 слагаемых успеха, а их, оказывается, в наличии 17! Конечно, тогда партитура твоя внутренняя увеличивается.

НВ: Расширяется, да!

МП: У ЦВ ИЧ РАН с кафедрой оперной подготовки Московской государственной консерватории в своё время вышла книга, так она и называется — «Партитура виртуоза»[2]: у оперного исполнителя 29 объектов внимания для осознанной и произвольных работ. Не только музыкальный текст и текст арии, но если ты драматический артист, то у тебя есть ещё 27 объектов внимания. Но как только они у тебя появились, ты их заметил, ты понимаешь, что это объекты из разных сфер, из разных реальностей. Текст — это одно, музыка — это второе, партнёр на сцене — это третье, мой внутренний диалог — это четвёртое, опять же, реквизит, предметы на сцене. Я могу же в зал что-то сказать, я могу сказать «в сторону», а могу как бы про себя (внутренний монолог),.. и тогда у тебя уже палитра расширяется, и ты понимаешь, что с каждым элементом нужно работать на особицу, на особинку. Вот тогда ты хочешь не хочешь, но тебе придётся собирать и создавать, может, у тебя все 29 элементов, как у Ф. И. Шаляпина, «автоматом генерятся», и то он работал, поэтому никуда не денешься.

А какая партитура — внутренняя — у коуча? Это вопрос методологический, если им заниматься, а не оставаться «ползучим эмпириком»!

НВ: Михаил, спасибо большое, такая красивая история про оперных певцов и про расширение и увеличение этой палитры…

МП: У меня нет музыкального образования, надо понимать, что у меня исключительно философско-антропологический, виртуально-психологический к этому был подход. Универсальный! Но и Жданов Владимир Фомич, и Носов Николай Александрович — именно они начинали тему партитуры, мы просто уже после смерти Н. А. Носова с В. Ф. Ждановым названную книжку сделали,— понимали, что кроме внешнего нормативного, кроме внешнего наблюдаемого, есть ещё и внутренний план работ профессионала. А внутренний план работы он все-таки внутри, субъективный. А что я должен сделать, учесть, сопоставить, интуицию включить, наработать какое-то специфическое семантическое поле, дать ему название, потому что по большому счёту только человек зашёл, я уже должен знать, с чем он ко мне пришёл. Даже если он с этим не согласен. Вы можете сказать, а вот вы, Михаил, можете ошибаться! Так можно же в процессе работы проверить. И, как правило, на пятый год совместной работы вдруг оказывается,

что да, то, что «показалось» в самом начале, оно наконец-то стало из человека вылезать.

НВ: Обычно быстрее все-таки, а не на пятый год, я бы сказала!

МП: В любви и в медицине, как говорит мой отец, всякое бывает. Так что профессиональное осмысление — здесь тоже есть инструменты, я про них. Легко сказать «занимайся методологией коучинга»! Ну а делать-то что? Где стоять? О чем думать? Как? Начать заниматься сельским хозяйством — чесать репу, можно, конечно, но с чего после репы начать?

Ситуация похожа на ту, что у оперных певцов — давай пой! Давай, органика пусть идёт! Оно поётся как поётся: раз спел, десять, двадцать, тридцать раз. Чего-то не хватает, давай работать, ну давай представляй. А что представлять-то? При наличии партитуры представлять, выбрав из 29 элементов: начинай разбираться по порядку с каждым элементом.

Поймите, когда открывается внутренний человек у человека — духовное пространство, Царство Небесное в некоторых методологиях: оно берётся разбоем, н*у*дится — это личный труд человека, его личное усилие, то есть никто его работу над собой не заменит. И даже если у него есть дядька, наставник, раньше — духовник, ещё кто-то, всё равно это его личная работа. И в этом смысле у коуча методология — та же сфера, где это его личная работа над самим собой и личные усилия. Да, ему могут помочь. Но, опять же, это не то, чему могут научить, этому можно только научиться. Для того чтобы научиться, лучшее, что можно сделать, так это тебе всего лишь что-то подсказать, обратить твоё внимание на некоторые вещи, которые ты дальше будешь осваивать сам. Но 20 лет жизни можно сэкономить на подобных подсказках.

НВ: Я сейчас слышу 10-ю компетенцию коуча АРК — развитие и саморазвитие.

МП: Да, конечно. Поэтому хорошо, у вас есть план саморазвития, 101 раскраска, ещё один инструмент, а тогда чем первый от второго отличается?

НВ: У всех разные, у кого-то с раскрасками, у кого-то с другими какими-то развлекательными элементами.

МП: Но и плюс, опять же, есть и такие моменты: а почему это не работает? Всегда работало, а тут не работает?!

НВ: Так это же вопрос методологический: простроенность и непростроенность самой методологии. Это я говорю к тому, что не зря, наверно, мы затеяли

все-таки конференцию и не зря выбрали такую тему для неё. Возможно, она поможет подсобрать научные основы, эту самую методологию, о профессиональной этике я даже не упоминаю, она важна априори.

МП: Я бы здесь говорил про этику долгожителя, это раз. А потом я, скорее, говорил бы про этическое мышление, чем про этический кодекс как таковой. Если брать, по аналогии, технологии виртуальной реальности (TVR), то принят этический кодекс для их разработчиков и потребителей. В нём черным по белому написано, что мы вообще до конца не знаем и не понимаем, что это такое — TVR и как они работают. И поэтому ни один кодекс не гарантирует нам того, что мы не напортачим. И в этом смысле гораздо важнее гуманитарная настороженность и этический способ мышления и действий! Не навреди, как говорят в медицине. А где не навреди, что не навреди — пока вопросы без ответов?

НВ: Да, потому, если мышление будет входить в диссонанс с кодексом и, вероятно, победит мышление в один прекрасный момент.

МП: Я 17 сентября 2020 г. участвовал в заседании комитета Госдумы по здравоохранению и качеству оказания медицинской помощи как эксперт комитета; обсуждали «Международный день безопасности пациента» и связанные с нею проблемы. Мы же сейчас по стандартам работаем медицинским. А медицинские стандарты с COVID-19 когда у нас были утверждены, если они утверждены? Значит, стандартов нет, а что остаётся? Понятно, что здравый смысл, опыт, практика, а дальше-то? А регулятивом-то что выступает или должно выступать? Всё равно какая-то гуманитарная настороженность и чувство справедливости. Опять же, лозунг военных медиков армии США, будем говорить про наших потенциальных друзей,— «Солдат здоров — мир здоров!». И в этом смысле врач здоров — больной здоров. Пациент в безопасности, если врач в безопасности.

НВ: Да, очень яркий пример, понятный сразу!

МП: А этика в чем состоит? Вам же в самолёте показывают, что вы сначала должны надеть маску себе, а потом ребёнку, который это сделать не может, или только после себя человеку, который сам себя обслужить не сможет. Вы не бросаетесь спасать других, а в это время «загибаетесь», и тогда окажется, что эти люди останутся один на один с самими собой, а они не адекватны задаче спасения самих себя. Поэтому тут как-то выглядит всё странно на первый взгляд, но и то лишь на первый! С точки зрения долголетия популяции, долгожителей, оказы-

вается, что забота о себе как о взрослом, а лишь затем о других — это правильно. Методология для коуча в коучинге — это о том, как стать взрослым!

НВ: Для меня пока что ничто не прозвучало странным, мне было очень интересно, спасибо большое.

МП: Я не знаю, насколько то, что я говорил, приложимо к методологии коучинга, вы для себя что-то приобрели в результате разговора или нет?

НВ: Приобрела, конечно. Я считаю, что все, сказанное сегодня, вполне приложимо к методологии коучинга и к теме конференции. Я лично получила ответы на свои вопросы в отношении русскоязычности, в отношении актуальности сборки методологии, в отношении того, что брать за научные основы или к чему, по крайней мере, стремиться, где все это изыскивать и искать. И про виртуалистику я буду читать, Вы меня направили. Михаил, мы с вами, что естественно, перебрали все время. Давайте на сегодня завершать для того, чтобы у наших участников остался интерес. Я думаю, он останется, конечно же, к теме конференции!

МП: Мы просто подошли вплотную и остановились перед виртуалистикой и самим докладом. Поэтому, конечно, должна быть конкретика какая-то. А она будет связана с вопросами конкретными. Я могу и должен всё общее, что мною будет сказано, связать с чем-то конкретным. А в этом смысле, да, мы начнём с ключевых вопросов развития, методологических. А это будет то, что каждый сделает для себя, прежде чем начнётся доклад. Мы проведём предварительную работу небольшую, дальше человек уже будет ловить на свой «крючок», потому что если ты для себя ключевой вопрос своего профессионального развития не сформулировал, то всё происходящее с тобой на пользу не идёт, так как у тебя нет крючка, на что ловить!

НВ: Михаил, если Вам нужна или Вам интересна предварительная коммуникация с участниками конференции, я имею в виду в письменном виде, то мы тоже можем это организовать. Какие-то вопросы, какие-то темы, над которыми они должны поразмышлять, какие-то вопросы, ответы на которые они для себя нашли бы перед Вашим выступлением. Это тоже технически возможно. Скажите мне, если в этом есть необходимость.

МП: Вы знаете, мы можем быть эгоистичны, в том смысле, что мы можем ловить на Ваши вопросы, Наталья! Если не получим вопросы-запросы от коллег!

НВ: Можем и так!

МП: А если говорить о том, что Вы как человек, в котором отражается вся вселенная, в том числе и вселенная коучинга, значит, не только Вам, но и кому-то ещё Ваши вопросы интересны. Поэтому можно сделать запрос на вопросы ко мне как к докладчику, но если мы не получим ответ, то я точно знаю, что будет один человек, который меня точно будет слушать, будет оценивать и будет ловить ответы для себя. Если у вас произойдёт скачок в компетенции, значит, Вы поделитесь, Вы же честно скажете, это вот там-то и там-то такой-то инсайт у меня был.

НВ: Конечно. Я уверена, что человек будет не один!

МП: Наталья, я к тому, что Вы тратите на организацию конференции время. Вам это интересно. Поэтому не стесняйтесь быть эгоистичны и прагматичны!

НВ: Хорошо, Михаил, я буду стараться. Давайте на этом завершать. Да? Или что-то ещё?

МП: Так что анонсирую то, что мы поговорим о внутреннем человеке, как дойти до человека космического. Этика долгожителя: в чем она состоит, её pathos, ethos и logos, экзистенциалы жизни любого долголетия? Скажу о том, что надо «читать и обчитаться» трудами Я. В. Чеснова [5], в хорошем смысле этого слова; чтение его работ сознание расширяет. И, конечно, профессиональное осмысление опыта, какие-то простые инструменты, хотя их повторяю из раза в раз. Для меня то, о чём буду говорить, в своё время было откровением. Точно так же, как управление временем. У меня же семинар есть «Властелин времени, или Чего не знает тайм-менеджмент?». Я точно знаю, что человек может годами мучиться, и пока ему не подскажешь, у него регулярный тайм-менеджмент не заработает, потому что в гробу он видел этот тайм-менеджмент, просто. А когда дам один элемент, даже фрагмент элемента, а он всё меняет — управление временем становится простой, хотя и не линейной, задачей. Поэтому, конечно, и коуч, и психолог, и педагог, руководитель — должны быть дотошны, несмотря на то, что они сангвиники, холерики, непоседы и быстро думают, но вот это пристальное внимание, вот эта изысканность или взыскательность — они должны присутствовать. Поэтому мы простые инструменты, ну хотя бы один, точно рассмотрим.

НВ: Михаил, спасибо большое, мне хочется как-то посодействовать увеличению времени Вашего доклада, буду над этим работать.

МП: Содействуйте, я буду признателен. Ещё раз говорю, не стесняйтесь. Вы организуете то, что Вам интересно. Раз Вам начинают помогать, значит, людям это тоже интересно, и поэтому принцип очень простой, оказывается, что ты не

один. Я как созывающий конференции работал с размерностью 10 в «-8», когда со всего мира (6 миллиардов человек: найти иголку в стоге сена) приезжали 60 человек, которым интересна конференция «Открытое пространство об открытом пространстве» (Open Space on Open Space: ежегодная конференция в 2006 году была в Москве). И вот когда они собрались и приехали, то мы могли на одном языке разговаривать друг с другом, ничего предварительно не объясняя. То же самое с методологией коучинга: должны собраться те люди, для которых методология не пустая фраза… Вот он встал, пошёл, и он даже не может объяснить почему, но у него есть ощущение, что «мне это надо»! Однажды я услышал про системные методы третьего поколения. Что это, куда это? Я, конечно, так, краем глаза, заглядывал в системные подходы, но тут сказал себе: «Мне это надо!» — и пошёл.

А если человек говорит: «А вы мне это объясните, а вы мне это продайте, а зачем мне эта методология?» — этот человек только родился. Если антропологические этажи человеческой зрелости (свободы воли) взять, то человек только народился и начинает ползать, то ему надо погремушку показывать, чтобы приманивать. Методология начинается тогда, когда уже человек встал, стоит, сам стоит без контроля и начал ходить в профессии. Поэтому тем, кто не начал ходить в профессии, не надо ползти в методологию! Ползите за погремушками!

НВ: Отлично, Михаил, замечательный у нас если не шаг, то занесение ноги на следующую ступеньку конференции. Очень хорошо получилось, спасибо Вам большое! Мне правда было очень интересно. Я надеюсь, что мы продолжим на конференции, возможно и после, на площадке АРК, если у Вас будет такая возможность.

МП: Я член АРК, а члены АРК имеют право на доступ ко мне… Членство меня обязывает.

НВ: Право они имеют, безусловно, всегда! Я говорю о наличии возможности у Вас.

МП: Я открыт, если будет квалифицированный спрос. Если мне задают вопрос «А правильно ли я понимаю?», то я готов отвечать всегда и бесплатно, но коротко: да или нет! А вот почему да или нет — об этом надо будет договариваться.

НВ: Хорошо, Михаил, спасибо большое!

МП: Спасибо Вам огромное.

НВ: Спасибо, коллеги, за внимание, за участие. Мы знаем, что вы будете смотреть этот эфир в записи, однако, пишите, пожалуйста, свои вопросы, коммен-

тируйте. Возможно, у вас уже сейчас появятся вопросы к Михаилу, которые вы захотите транслировать перед конференцией. Давайте обратную связь. Спасибо!

МП: Да, давайте вопросы: выберем из них ключевой и с него-то и начнём!

Список литературы

1. Носов Н. А. Виртуальный человек: Очерки по виртуальной психологии детства.— М.: Магистр, 1997.— 192 с.; Носов Н. А. Виртуальная психология.— М.: Аграф, 2000.— 432 с.; Носов Н. А. Словарь виртуальных терминов / Труды лаборатории виртуалистики.— Выпуск 7.— Труды Центра профориентации.— М.: Путь, 2000.— 69 с.

2. Партитура виртуоза. Альбом виртуалистики и аретеи / Под ред. М. А. Пронина, В. Ф. Жданова (Серия «Искусство», Выпуск 1) / Тр. Центра виртуалистики.— Вып. 24.— М.: Горячая линия — Телеком, 2004.— 238 с.

3. Платонов К. И. Слово как физиологический и лечебный фактор (к физиологии психотерапии) / Для врачей, биологов и педагогов. Харьков: Госуд. изд-во Украины, 1930.— 116 с.; Платонов К. И. Слово как физиологический и лечебный фактор (Вопросы теории и практики психотерапии на основе учения И. П. Павлова) / Изд. 2-е, заново перераб. и доп.— М.: Медгиз, 1957.— 431 с.; Платонов К. И. Слово как физиологический и лечебный фактор.— М.: Государственное издательство медицинской литературы, 1962.— 532 с.

4. Сеченов И. М. О предметном мышлении с физиологической точки зрения. // Избранные философские и психологические произведения.— М.: Государственное издательство политической литературы, 1947.— С. 375–384.

5. Список публикаций Я. В. Чеснова.— Электронный доступ: https://iphras.ru/page17820860.htm (дата обращения: 31.09.2020).

6. Старовойтов В. В. Взгляд переводчика на этапы развития психоанализа в России и личные воспоминания в связи с приобщением к психоанализу с середины 1970-х по настоящее время: Доклад.— Электронный доступ: https://iphras.ru/page18816362.htm (дата обращения: 31.09.2020).

7. Чеснов Я. В. Историческая этнография стран Индокитая.— М.: «Наука», 1976.

8. Tschesnow Jan W. Historische Ethnographie der Länder Indochinas.— Berlin: Akademie-Verlag.— 1985.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

Научное издание

КОУЧИНГ: МЕТОДОЛОГИЯ, НАУЧНЫЕ ОСНОВЫ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ЭТИКА

Сборник статей, докладов и выступлений

Научно-практическая онлайн-конференция
14 ноября 2020 года

Редакционная коллегия: *Королихин А. В., Вострухина Н. В., Валиуллина Л. М.*

Ответственный за выпуск *Мария Соседко*

Технический редактор *Лина Мовсесян*

Компьютерная верстка: *Мария Киселёва*

Корректор *Евгения Перцева*

Издательство «Знание-М»
E-mail: id_piar@mail.ru

Подписано в печать 26.10.2020. Формат 60x84 1/16.
Бумага офсетная. Гарнитура «Times». Печать цифровая.
Усл. печ. л. – 5.24. Заказ № 921. Тираж 65 экз.
Отпечатано с готового оригинал-макета в издательско-полиграфическом комплексе Северо-Кавказского федерального университета
355038, г. Ставрополь, пр. Кулакова, 2

Издано в научных и учебных целях. Коммерческое использование не предусмотрено.