

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»**

«СОГЛАСОВАНО»
на заседании Педагогического
Совета от «12» января 2026 г.
Протокол № 2

«УТВЕРЖДАЮ»
Ректор АНО ДПО «МИРО»
А.А. Чесноков
«12» января 2026 г.

**Дополнительная профессиональная программа
повышения квалификации
«Практическая психология и коучинг. Современные подходы в
работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических
лиц)»**

**Форма обучения: заочная с применением дистанционных образовательных
технологий**

Трудоемкость программы: 72 ч.

г. Москва
2026 г.

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

серийный номер
срок действия

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Нормативно-правовые основы разработки программы

Программа повышения квалификации **«Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»** как комплекс нормативно-методической документации, регламентирующей содержание, организацию и оценку качества подготовки слушателей направлена на удовлетворение образовательных и профессиональных потребностей, профессиональное развитие человека, обеспечение соответствия его квалификации имеющимся условиям профессиональной деятельности и социальной среды.

Программа повышения квалификации **«Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»** предназначена для повышения квалификации коучей физических лиц, осуществляющих свою деятельность в области психологического консультирования, разработана на основании установленных квалификационных требований, а также требований профессионального стандарта.

Нормативно-правовую основу разработки программы повышения квалификации **«Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»** (далее - программа) составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (последняя редакция);
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 04 апреля 2022 г. № 197н «Об утверждении профессионального стандарта «Консультант в области управления персоналом» (последняя редакция);
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26 августа 2010 г. № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих», раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (последняя редакция);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 24.03.2025 № 266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Методические рекомендации по итоговой аттестации при реализации дополнительных профессиональных программ (Письмо Министерства образования и науки РФ от 30.03.2015 № АК-821/06 «О направлении методических рекомендаций по итоговой аттестации слушателей»).

1.2. Общие положения

Программа включает в себя: пояснительную записку, требования к результатам освоения программы, учебный план, календарный график учебного процесса, рабочую программу ПМ, требования к условиям ее реализации (организационно-педагогические,

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

кадровые, информационно-методические и материально-технические требования), систему оценки результатов освоения программы, учебно-методические материалы, обеспечивающие ее реализацию.

Цель реализации программы повышения квалификации: получение знаний и умений, овладение практическими умениями и навыками обеспечивающими совершенствование профессиональных компетенций коучей физических лиц.

Задачи обучения:

1. Содействие приобретению обучающимися теоретических знаний в области практической психологии и основ коучинга как вида психологической помощи.
2. Приобретение обучающимися знаний о современных методах и подходах психологического консультирования.
3. Приобретение обучающимися знаний о структуре, основных этапах коучинговой сессии, об общих и специальных техник коучинга.
4. Способствовать формированию у обучающихся умений и навыков, необходимых при работе с жизненными сценариями клиентов как с системой ограничивающих убеждений.

Форма обучения: заочная с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ).

Трудоемкость программы: 72 ч.

Сроки освоения программы определяются договором об оказании образовательных услуг.

Категория слушателей – лица, работающие или планирующие работать коучами физических лиц.

Требования к уровню образования слушателей: к освоению программы повышения квалификации допускаются:

- 1) лица, имеющие высшее образование (бакалавриат, специалитет, магистратура) по профилю деятельности;
- 2) лица имеющие, высшее образование (бакалавриат, специалитет, магистратура) и дополнительное профессиональное образование - программы профессиональной переподготовки в области, соответствующей виду профессиональной деятельности, для непрофильного образования.

Форма итоговой аттестации: дифференцированный зачет.

По результатам освоения программы в случае успешного прохождения итоговой аттестации слушателю выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

Контур Крипто

владелец

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

серийный номер
срок действия

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

2.1 Область профессиональной деятельности слушателя, прошедшего обучение по программе повышения квалификации для выполнения нового вида профессиональной деятельности, включает:

- социально-психологическое сопровождение и помощь для определения потребностей физического лица, консультирование физических лиц в области жизненных целей и задач, определение критериев достижения результатов.

2.2 Наименование вида профессиональной деятельности выпускника:

- Консультирование физических лиц в области жизненных целей и задач, определение критериев достижения результатов

2.3 Основная цель вида профессиональной деятельности:

- Обеспечение повышения эффективности деятельности физических лиц посредством оказания профессиональных консультационных услуг в области жизненных целей и задач, определение критериев достижения результатов

2.4 Характеристика компетенций, подлежащих совершенствованию в результате освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»

№	Компетенции	Код компетенции
Профессиональные компетенции		
1	Способен проводить программы коучинга для индивидуальных клиентов в контексте их жизненных задач	ПК-1
2	Способен выявлять и ставить цели развития для достижения заявляемых клиентом коучинга жизненных целей и задач, определение критериев достижения результатов	ПК-2
3	Способен организовывать деятельность клиента коучинга по анализу текущей ситуации, определению препятствий и возможностей, поиску внутренних и внешних ресурсов, и выбору путей достижения желаемых результатов	ПК-3

В результате освоения программы повышения квалификации «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)» слушатель должен:

знать:

- теоретические основы практической психологии как отрасли психологии;
- теоретические основы коучинга как вида психологической помощи;
- современные методы и подходы психологического консультирования;

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

- общие и специальные техники коучинга.

уметь:

- применять современные методы и подходы коучинга в психологическом консультировании;
- применять общие и специальные техники коучинга в работе с клиентами;
- работать с жизненными сценариями как с системой ограниченных убеждений, с системой самокоучинга и самоактуализации.

АНО ДПО МИРО

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

3. Учебный план

3.1 Учебный план программы повышения квалификации «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»

Наименование модулей	Количество часов				Форма аттестации	Код формируемой компетенции (ее части)
	Всего часов	Лекции	Практические занятия	Самостоятельной работы		
ПМ «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»	70	18	22	30	Недиф. зачет	ПК-1, ПК-2, ПК-3
Итоговая аттестация	2	-	2	-	Диф. зачет	
Итого	72	18	24	30		

3.2 Учебно-тематический план

Наименование модулей, разделов	Количество часов				Форма аттестации
	Всего часов	Лекции	Практические занятия	Самостоятельной работы	
ПМ «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»	70	18	22	30	Зачет
Раздел 1. Основы практической психологии и коучинга	28	8	8	12	-

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

Раздел 2. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами	40	10	12	18	-
Промежуточная аттестация по ПМ	2	-	2	-	Зачет
Итоговая аттестация	2	-	2	-	Диф. зачет
Итого	72	18	24	30	

3.3 Календарный учебный график

Трудоемкость программы: 72 ч.

№ п/п	Наименование модуля	Вид подготовки	Порядковые номера недель				Итого часов
			1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	
1.	ПМ «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»	Лекционные и практические занятия	10	10	10	10	40
		Самостоятельная работа	8	8	8	6	30
2.	Итоговая аттестация					2	2
Итого часов:							72

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

4. Требования к условиям реализации программы

4.1. Организационно-педагогические условия

- Наличие электронных кабинетов для теоретического обучения;
- Наличие СДО;
- Соответствие применяемых форм, средств, методов обучения и воспитания возрастным, психофизическим особенностям, склонностям, способностям, интересам и потребностям слушателей;
- Продолжительность учебного часа теоретических занятий должна составлять 1 академический час (45 минут).

4.2. Требования к кадровому обеспечению программы

Педагогические работники, реализующие программу должны удовлетворять квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках по соответствующим должностям и (или) профессиональных стандартах.

Требования к квалификации преподавателя: высшее профессиональное образование и стаж работы в образовательном учреждении не менее 1 года, при наличии послевузовского профессионального образования (аспирантура, ординатура, адъюнктура) или ученой степени кандидата наук – без предъявления требований к стажу работы.

Требования к квалификации старшего преподавателя: Высшее профессиональное образование и стаж научно-педагогической работы не менее 3 лет, при наличии ученой степени кандидата наук стаж научно-педагогической работы не менее 1 года.

4.3. Информационно-методические условия реализации программы

- учебный план,
- календарный учебный график;
- рабочая программа ПМ;
- методические материалы и контрольно-оценочные средства.

4.4. Материально-технические условия реализации программы.

Реализация программы ПМ предполагает наличие электронного кабинета для теоретических и практических занятий.

Составными элементами электронной информационно-образовательной среды образовательной организации являются:

- внешние электронные библиотечные системы (ЭБС);
- автоматизированное рабочее место (АРМ) преподавателя;
- платформа для онлайн-занятий «МТС Линк»;
- система дистанционного обучения (СДО) «Дефектология Проф. Видео»;
- официальный сайт образовательной организации;
- справочно-правовая система «Гарант»;

Контур Крипто

владелец

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

серийный номер
срок действия

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

- иные компоненты, необходимые для организации учебного процесса и взаимодействия компонентов электронной информационно-образовательной среды.

Для обучающихся организуется авторизованный доступ посредством регистрации в личном кабинете.

Программно-информационное обеспечение электронного обучения в АНО ДПО «МИРО» осуществляется через СДО «Дефектология Проф. Видео», которая предлагает разнообразные способы представления учебного материала, проверки знаний и контроля успеваемости, с учетом актуальных обновлений и программных дополнений, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных курсов и их элементов (<https://www.defectologiya.pro/>).

Использование компонентов ЭИОС (СДО «Дефектология Проф. Видео» и платформы «МТС Линк») при реализации дистанционных образовательных технологий обеспечивает: хранение, обновление и систематизацию учебно-методических ресурсов; организацию и информационную поддержку учебно-воспитательного процесса; взаимодействие участников; мониторинг хода учебного процесса.

Слушатель имеет возможность оперативного обмена информацией с преподавателями, обеспечен доступ к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам.

Реализация дополнительной профессиональной программы с применением ДОТ осуществляется с использованием платформы для онлайн-занятий «МТС Линк» и среды электронного обучения «Дефектология Проф. Видео» и предполагает следующие виды учебных занятий, проводимые при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников: лекции и занятия лекционного типа, семинары и занятия семинарского типа; групповые консультации; индивидуальную работу обучающихся с преподавателем.

Текущий контроль знаний, промежуточная и итоговая аттестация при реализации дополнительной профессиональной программы осуществляется в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся АНО ДПО «МИРО», Положением об итоговой аттестации обучающихся по дополнительным профессиональным программам АНО ДПО «МИРО».

4.5. Информационно-методическое обеспечение программы

Слушатели имеют возможность широкого доступа к электронным информационно-методическим материалам и электронному библиотечному фонду.

Основная литература:

1. Залевский, Г. В. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учебник для вузов / Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11802-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566573>

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

серийный номер
срок действия

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

2. Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учебник для вузов / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08880-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565125>

3. Консультирование и коучинг персонала в организации: учебник и практикум для вузов / под редакцией Н. В. Антоновой, Н. Л. Ивановой. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 370 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8176-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560363>

4. Кларин, М. В. Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг : учебник для вузов / М. В. Кларин. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 288 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02811-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562199>

5. Психологическое консультирование: практическое пособие для вузов / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова, А. М. Родина; под редакцией Е. П. Кораблиной. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 222 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07244-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563387>

6. Рамендик, Д. М. Общая психология и психологический практикум: учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. И доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 274 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07651-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561477>

7. Соколова, Е. Т. Психоаналитическое направление в психотерапии: учебник для вузов / Е. Т. Соколова. — 5-е изд., испр. И доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 139 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17013-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568554>

Дополнительная литература:

1. Антонова, Н. В. Коучинг в бизнесе: учебник для вузов / Н. В. Антонова, Л. В. Казинцева, Н. А. Сизова. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 202 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14122-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567686>

2. Общепсихологический практикум: учебник для вузов / под редакцией В. В. Рубцова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 675 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16743-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560325>

3. Психоанализ : учебник для вузов / под редакцией М. М. Решетникова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 317 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00230-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560382>

4. Савинков, С. Н. Когнитивно-поведенческий подход в психологическом

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

консультировании : учебник для вузов / С. Н. Савинков. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 169 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-20441-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/569290>

Периодические издания:

1. Краев, М. Ю. Коучинг в России: практика применения, проблемы состояния, оценка эффективности. // Социально-трудовые исследования. 2025. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kouching-v-rossii-praktika-primeneniya-problemy-vnedrenia-otsenka-effektivnosti>
2. Антонова, Н. В. Коучинг (в организации) // Организационная психология. 2024. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kouching-v-organizatsii-2024>
3. Юлия, К. З., Михаил, А. И. Психологическое консультирование и коучинг как виды социально-психологической помощи // Национальный психологический журнал. 2024. №3 (19). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-konsultirovanie-i-kouching-kak-vidy-sotsialno-psihologicheskoy-pomoschi>

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. <https://edu.ru/> Федеральный портал «Российское образование»
2. <https://web.archive.org/web/20191121151247/http://fcior.edu.ru/> Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР): коллекция электронных образовательных ресурсов для всех уровней и ступеней образования
3. <https://urait.ru/> образовательная платформа «Юрайт»
4. <https://www.garant.ru/> Справочная-правовая система «Гарант».
5. <http://psychology.net.ru/> База профессиональных данных «Мир психологии»
6. <http://gramota.ru/> Справочно-информационный портал ГРАМОТА.РУ
7. <https://minobrnauki.gov.ru/> Министерство науки и высшего образования РФ
8. <https://cyberleninka.ru/> – Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»
9. <https://web.archive.org/web/20191122092928/http://window.edu.ru/> – информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

5.СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

5.1 Контроль и оценка достижений слушателей

Контроль и оценка достижений включает: текущий контроль результатов образовательной деятельности, промежуточную аттестацию по профессиональному модулю и итоговую аттестацию.

Промежуточный контроль является контрольной точкой по завершению освоения ПМ.

Основной формой промежуточной аттестации по ПМ является недифференцированный зачет.

Оценка, полученная на зачете, заносится в зачетно-экзаменационную ведомость (в том числе и неудовлетворительная).

5.2 Организация итоговой аттестации выпускников

Итоговая аттестация по дополнительной профессиональной программе **ПК «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»** - проводится в виде дифференцированного зачета в форме тестирования.

Для подготовки к тестированию в начале освоения программы повышения квалификации слушатели получают примерный перечень вопросов к зачету. Преподаватель по результатам тестирования выставляет оценку по четырехбалльной системе в зачетно-экзаменационную ведомость (в том числе и неудовлетворительную).

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

серийный номер
срок действия

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ РЕАЛИЗАЦИЮ ПРОГРАММЫ

Учебно-методические материалы представлены:

- рабочая программа ПМ,
- методическими рекомендациями по организации работы слушателей,
- материалами (фонд оценочных средств) для проведения промежуточной и итоговой аттестации слушателей.

АНО ДПО МИРО

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

серийный номер
срок действия

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

7. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

профессионального модуля (ПМ) «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»

1. Пояснительная записка

1.1 Цель и задачи ПМ, требования к результатам освоения

Цель реализации программы повышения квалификации: получение знаний и умений, овладение практическими умениями и навыками обеспечивающими совершенствование профессиональных компетенций коучей физических лиц.

Задачи обучения:

1. Содействие приобретению обучающимися теоретических знаний в области практической психологии и основ коучинга как вида психологической помощи.
2. Приобретение обучающимися знаний о современных методах и подходах психологического консультирования.
3. Приобретение обучающимися знаний о структуре, основных этапах коучинговой сессии, об общих и специальных техниках коучинга.
4. Способствовать формированию у обучающихся умений и навыков, необходимых при работе с жизненными сценариями клиентов как с системой ограничивающих убеждений.

В результате освоения ПМ «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)» слушатель должен:

знать:

- теоретические основы практической психологии как отрасли психологии;
- теоретические основы коучинга как вида психологической помощи;
- современные методы и подходы психологического консультирования;
- общие и специальные техники коучинга.

уметь:

- применять современные методы и подходы коучинга в психологическом консультировании;
- применять общие и специальные техники коучинга в работе с клиентами;
- работать с жизненными сценариями как с системой ограниченных убеждений, с системой самокоучинга и самоактуализации.

Код компетенции (ее части), подлежащей совершенствованию: ПК-1, ПК-2, ПК-3.

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

серийный номер
срок действия

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

1.2 Рекомендуемое количество часов на освоение программы ПМ:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 70 часов, в том числе:
обязательной лекционной и практической учебной нагрузки обучающегося – 40 часа;
самостоятельной работы обучающегося – 30 часов.

1.3 Учебно-тематический план и содержание ПМ

Трудоемкость программы 72ч.				
Наименование разделов ПМ	Содержание учебного материала	Объем часов		
		ЛК	ПЗ	СР
1	2	3	4	5
Раздел 1. Основы практической психологии и коучинга	1.1 Практическая психология как отрасль психологии	8	8	12
	1.2 Коучинг как вид психологической помощи. Основные принципы коучинга			
Раздел 2. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами	2.1 Современные методы и подходы психологического консультирования	10	12	18
	2.2 Структура, основные этапы коучинговой сессии. Общие и специальные техники коучинга			
	2.3 Работа с жизненными сценариями как с системой ограничивающих убеждений. Система самокоучинга. Самоактуализация			
зачет	Выполнение тестовых заданий	2		
Всего по ПМ		70		

1.4. Условия реализации ПМ

Реализация программы ПМ предполагает наличие электронного кабинета для теоретических и практических занятий.

Составными элементами электронной информационно-образовательной среды образовательной организации являются:

- внешние электронные библиотечные системы (ЭБС);
- автоматизированное рабочее место (АРМ) преподавателя;
- платформа для онлайн-занятий «МТС Линк»;
- система дистанционного обучения (СДО) «Дефектология Проф. Видео»;
- официальный сайт образовательной организации;
- справочно-правовая система «Гарант»;
- иные компоненты, необходимые для организации учебного процесса и взаимодействия компонентов электронной информационно-образовательной среды.

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

Для обучающихся организуется авторизованный доступ посредством регистрации в личном кабинете.

Программно-информационное обеспечение электронного обучения в АНО ДПО «МИРО» осуществляется через СДО «Дефектология Проф. Видео», которая предлагает разнообразные способы представления учебного материала, проверки знаний и контроля успеваемости, с учетом актуальных обновлений и программных дополнений, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных курсов и их элементов (<https://www.defectologiya.pro/>).

Использование компонентов ЭИОС (СДО «Дефектология Проф. Видео» и платформы «МТС Линк») при реализации дистанционных образовательных технологий обеспечивает: хранение, обновление и систематизацию учебно-методических ресурсов; организацию и информационную поддержку учебно-воспитательного процесса; взаимодействие участников; мониторинг хода учебного процесса.

Слушатель имеет возможность оперативного обмена информацией с преподавателями, обеспечен доступ к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам.

Реализация дополнительной профессиональной программы с применением ДОТ осуществляется с использованием платформы для онлайн-занятий «МТС Линк» и среды электронного обучения «Дефектология Проф. Видео» и предполагает следующие виды учебных занятий, проводимые при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников: лекции и занятия лекционного типа, семинары и занятия семинарского типа; групповые консультации; индивидуальную работу обучающихся с преподавателем.

Текущий контроль знаний, промежуточная и итоговая аттестация при реализации дополнительной профессиональной программы осуществляется в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся АНО ДПО «МИРО», Положением об итоговой аттестации обучающихся по дополнительным профессиональным программам АНО ДПО «МИРО».

1.5. Информационно-методическое обеспечение программы

Основная литература:

1. Залевский, Г. В. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учебник для вузов / Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11802-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566573>

2. Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учебник для вузов / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08880-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

<https://urait.ru/bcode/565125>

3. Консультирование и коучинг персонала в организации: учебник и практикум для вузов / под редакцией Н. В. Антоновой, Н. Л. Ивановой. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 370 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8176-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560363>

4. Кларин, М. В. Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг: учебник для вузов / М. В. Кларин. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 288 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02811-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562199>

5. Психологическое консультирование: практическое пособие для вузов / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова, А. М. Родина; под редакцией Е. П. Кораблиной. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 222 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07244-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563387>

6. Рамендик, Д. М. Общая психология и психологический практикум: учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. И доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 274 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07651-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561477>

7. Соколова, Е. Т. Психоаналитическое направление в психотерапии: учебник для вузов / Е. Т. Соколова. — 5-е изд., испр. И доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 139 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17013-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568554>

Дополнительная литература:

1. Антонова, Н. В. Коучинг в бизнесе: учебник для вузов / Н. В. Антонова, Л. В. Казинцева, Н. А. Сизова. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 202 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14122-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567686>

2. Общепсихологический практикум: учебник для вузов / под редакцией В. В. Рубцова. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 675 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16743-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560325>

3. Психоанализ: учебник для вузов / под редакцией М. М. Решетникова. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 317 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00230-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560382>

4. Савинков, С. Н. Когнитивно-поведенческий подход в психологическом консультировании: учебник для вузов / С. Н. Савинков. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 169 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-20441-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/569290>

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

Периодические издания:

1. Краев, М. Ю. Коучинг в России: практика применения, проблемы состояния, оценка эффективности. // Социально-трудовые исследования. 2025. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kouching-v-rossii-praktika-primeneniya-problemy-vnedrenia-otsenka-effektivnosti>
2. Антонова, Н. В. Коучинг (в организации) // Организационная психология. 2024. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kouching-v-organizatsii-2024>
3. Юлия, К. З., Михаил, А. И. Психологическое консультирование и коучинг как виды социально-психологической помощи // Национальный психологический журнал. 2024. №3 (19). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-konsultirovanie-i-kouching-kak-vidy-sotsialno-psihologicheskoy-pomoschi>

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. <https://edu.ru/> Федеральный портал «Российское образование»
2. <https://web.archive.org/web/20191121151247/http://fcior.edu.ru/> Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР): коллекция электронных образовательных ресурсов для всех уровней и ступеней образования
3. <https://urait.ru/> образовательная платформа «Юрайт»
4. <https://www.garant.ru/> Справочная-правовая система «Гарант».
5. <http://psychology.net.ru/> База профессиональных данных «Мир психологии»
6. <http://gramota.ru/> Справочно-информационный портал ГРАМОТА.РУ
7. <https://minobrnauki.gov.ru/> Министерство науки и высшего образования РФ
8. <https://cyberleninka.ru/> – Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»
9. <https://web.archive.org/web/20191122092928/http://window.edu.ru/> – информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»

Контроль и оценка результатов освоения ПМ

Контроль и оценка результатов освоения модуля осуществляется преподавателем в процессе тестирования.

Оценка качества освоения программы включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию по итогам освоения модуля в форме недифференцированного зачета в виде тестирования.

Результаты освоения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
знать: - теоретические основы практической психологии как отрасли психологии; - теоретические основы коучинга как вида психологической помощи;	Экспертная оценка тестовых заданий, недифференцированный зачет

Контур Крипто

владелец

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

серийный номер
срок действия

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

- современные методы и подходы психологического консультирования; - общие и специальные техники коучинга. уметь: - применять современные методы и подходы коучинга в психологическом консультировании; - применять общие и специальные техники коучинга в работе с клиентами; - работать с жизненными сценариями как с системой ограниченных убеждений, с системой самокоучинга и самоактуализации.	
--	--

АНО ДПО МИРО

Контур Кристо	владелец	АНО ДПО "МИРО" Чесноков Андрей Александрович
Документ подписан квалифицированной электронной подписью 13.02.2026	серийный номер	3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
	срок действия	03.03.2025 - 03.06.2026

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации в форме недифференцированного зачета по ПМ «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)»

Промежуточная аттестация по ПМ «Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)» проводится в виде недифференцированного зачета в форме тестирования.

Примеры тестовых заданий

ВЫБЕРИТЕ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ ИЗ 3 ВАРИАНТОВ

1. Различие позиций, то есть исходных оснований для построения взаимодействия с клиентом, можно зафиксировать в виде следующих обобщенных формул (выделите лишнее):

А. ПКП = (обобщ. теория; Я-психолог; Я-концепция)

Б. ПЛП = (Я-личность, Я-психолог)

В. ПНП = (Я-психолог, Я-концепция)

2. Одна из главных задач коучинга:

А. отклонение конечного решения клиентом

Б. разрешение проблемных ситуаций клиента при помощи следующих инструментов: эффективных вопросов, внимательного слушания, интуиции, обучения и совместного нахождения жизненного баланса

В. частичное раскрытие потенциала клиента

3. Основной принцип коучинга:

А. неудовлетворение потребностей клиента

Б. предоставление готовых ответов

В. вера в потенциал клиента

4. Коучинг происходит тогда, когда:

А. субъект является осознанно или бессознательно компетентным, однако нуждается в переходе на следующий уровень своей деятельности

Б. клиент учится новому умению или аспекту знания

В. субъект является компетентным, однако не нуждается в переходе на следующий уровень своей деятельности

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

5. Коучинг представляет собой один из тех инструментов, которые могут быть использованы:

- А. для помощи в развитии других**
- Б. для консультирования всех сотрудников организации
- В. для планирования деятельности

6. Во время коуч-сессий коуч:

А. помогает клиенту четко сформулировать цели и измеримые показатели достижения целей для цикла сессий и каждой сессии

Б. отслеживает прогресс клиента в направлении поставленных целей, помогая при необходимости уточнять, углублять и переформулировать цели в ходе сессии

В. предлагает готовый план, предполагающий получение достижимых, измеримых, конкретных результатов и содержащий сроки достижения результатов

7. Коучинг обычно проводится курсом, состоящим из:

- А. 12 коуч-сессий**
- Б. 30 коуч-сессий
- В. 6 коуч-сессий

8. Коучинг представляет собой один из тех инструментов, которые могут быть использованы:

- А. для помощи в развитии других**
- Б. для консультирования всех сотрудников организации
- В. для планирования деятельности

9. Выберите формулу зависимости самооценки личности от ее притязаний, выведенную психологом Джемсом:

- А. Самооценка = Успех*Уровень притязаний
- Б. Самооценка = Успех/ Уровень притязаний**
- В. Самооценка = Успех-Уровень притязаний

10. Определите количество основных черт, присущих самоактуализированной личности выделяет А. Маслоу:

- А. 15**
- Б. 13
- В. 17

Контур Кripto

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

Критерии оценки тестового контроля

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений балл (отметка)
Более 20%	Зачтено
Менее 20%	Не зачтено

АНО ДПО МИРО

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

9. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Контрольно-оценочные средства для проведения итоговой аттестации в форме дифференцированного зачета

Итоговая аттестация по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «**Практическая психология и коучинг. Современные подходы в работе психолога и коуча с клиентами (для коучей физических лиц)**» проводится в виде дифференцированного зачета в форме тестирования.

Для подготовки к тестированию в начале освоения программы повышения квалификации слушатели получают примерный перечень вопросов к зачету. Преподаватель по результатам тестирования выставляет оценку по четырехбалльной системе в зачетно-экзаменационную ведомость.

Примеры тестовых заданий

ВЫБЕРИТЕ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ ИЗ 3 ВАРИАНТОВ

1. Выделите базовый принцип коучинга:

А. директивность

Б. партнерство

В. менторство

2. Классификация коучинга по времени:

А. в реальном режиме времени (он-лайн) и с временным разрывом

Б. долгосрочный, среднесрочный, краткосрочный, текущий

В. очный (живое общение) и заочный (дистанционный)

3. Классификация коучинга по временному режиму:

А. долгосрочный, среднесрочный, краткосрочный, текущий

Б. очный (живое общение) и заочный (дистанционный)

В. в реальном режиме времени (он-лайн) и с временным разрывом

4. Классификация коучинга по способу проведения:

А. долгосрочный, среднесрочный, краткосрочный, текущий

Б. очный (живое общение) и заочный (дистанционный)

В. в реальном режиме времени (он-лайн) и с временным разрывом

5. Автор книги «Коучинг высокой эффективности»:

А. Джон Уитмор

Б. Томас Дж. Леонард

В. У. Тимоти Гоулви

Контур Крипто

владелец

АНО ДПО "МИРО"

Чесноков Андрей Александрович

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

серийный номер
срок действия

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

6. Из какого упражнения перечисленные фазы - вдохновения, воплощения, интеграции,

завершения:

А. рамка результата

Б. шкалирование

В. SMART

7. Каким параметрам и принципам должна соответствовать цель в коучинге:

А. SMART: конкретна, измерима, достижима, значима и ограничена во времени

Б. измерима

В. субъективна

8. Выделите принцип коучинга раскрывающий мысль о том, человек должен взять ответственность на себя за всё, что происходит с ним в жизни, и перестать быть жертвой обстоятельств в представлениях и ощущениях действительности:

А. принцип осознанности и ответственности

Б. принцип поэтапного развития

В. принцип позитивности

9. Что необходимо сделать коучу за пять минут до окончания сессии:

А. успеть выполнить все техники

Б. оценить, насколько он достиг цели, поставленной на данную сессию

В. спросить клиента о самочувствии

10. Чему учится клиент в коучинге:

А. достижению целей оптимальными путями в кратчайшие сроки

Б. техникам саморегуляции

В. креативному планированию

11. Устные приемы, помогающие снять эффект вопросов в лоб, типа "А вот интересно...", "Мне хотелось бы узнать...", "Поправьте меня, если я не прав, но...", "Что вы скажете, если...":

А. уточнение запроса

Б. слова-смягчители

В. парафраз

12. В каком диапазоне показателей эффективна шкала в методе шкалирования:

А. глазной сегмент

Б. шейный сегмент

В. руки, плечи, грудная клетка

Контур Кripto

владелец

АНО ДПО "МИРО"

Чесноков Андрей Александрович

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

серийный номер
срок действия

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

13. Выберите одного из психологов, считавшего, что способности организма определяют его потребности:

А. от 1 до 10

Б. от 1 до 5

В. от 0 до 10

14. Определите способности, по Франклу, присущие самоактуализированной личности:

А. способность к самотрансценденции

Б. способность к самоотстранению

В. способность к самопогружению

15. Выберите одного из перечисленных ниже психологов, который ввел понятие «уровень притязания личности»:

А. А. Маслоу

Б. К. Левин

В. Т. Дембо

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений балл (отметка)
80-100%	5
50-79%	4
20-49%	3
менее 20%	2

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Самостоятельная работа слушателей проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний слушателей;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развития познавательных способностей и активности слушателей: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развития исследовательских умений.

Вид работы: Изучение и конспектирование нормативных документов и теоретического материала по темам.

Хорошо составленный конспект помогает усвоить материал. В конспекте кратко излагается основная сущность нормативных документов, теоретических материалов, приводятся необходимые обоснования, схемы, и т.п. Конспект целесообразно составлять целиком на тему. При этом имеется возможность всегда дополнять составленный конспект выписками из журналов, газет, статей, новых нормативных актов, брошюр по обмену опытом, данных из Интернета и других источников.

Этапы работы с конспектом:

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту нормативного документа или учебника.
2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.
3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, схем.
4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.
5. Составление опорного конспекта.

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 13.02.2026

владелец

серийный номер
срок действия

АНО ДПО "МИРО"
Чесноков Андрей Александрович

3c0926a58c7e976d8e0ce8ea63b10cdd753b0cf5
03.03.2025 - 03.06.2026