

Министерство просвещения Российской Федерации

Институт консалтинга и управления

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**  
**ПРАВИЛА НАПИСАНИЯ ОТЧЁТА О ТРАНСКРИБАЦИИ**

Выпускная квалификационная работа (ВКР) - это аттестационное (финальное) испытание слушателя учебной программы, систематизирующее полученные знания по выбранной квалификации.

***Цели и задачи ВКР***

Основная задача этой работы - самостоятельный анализ теоретических сведений и проведение исследований в решении проблем определенной отрасли.

Форма оформления ВКР предлагается выполнить в формате Отчёта по транскрибации Зачётной супервизии.

***Предисловие***

Транскрибация - это процесс перевода звуковой информации в текстовую. Проводится подобная работа методом прослушивания текстовой дорожки, например с аудиоплеера, с последующей её текстовой записью на бумаге, или набором в машинопечатном виде в любом текстовом редакторе на электронных устройствах.

Вам подсказка: существует множество специальных программ в открытом доступе в сети Интернет, помогающих автоматизировать данный процесс.

Хотим отметить, что в нашем случае, транскрибация, используется как эффективный аналитическо-экспертный метод контроля за качеством обучения.

Но посредством транскрибирования текста, вы можете получить отличный инструмент наблюдения и тщательного изучения собственных вербальных и эмоциональных реакций на информационный вброс вашего клиента. Вы можете внимательно и не спеша изучить каждое слово, обратить внимание на каждую интонацию, которая сопровождает ту или иную фразу сессии. Вы сможете увидеть и понять то, что без транскрибации никогда бы не увидели и не поняли. Вы сможете увидеть себя со стороны и провести самую

глубокую аналитику своей работы и конечно, сделать выводы с последующей коррекцией.

Именно поэтому данная форма работы выступает итоговой и резюмирует вашу профессиональную подготовку по программе «Профессиональный коучинг». Транскрибация - состоит из нескольких этапов:

## ***1. Этап транскрибации***

Вам необходимо выполнить транскрибацию самым доступным способом, то есть, обрабатывая предварительно сделанную аудиозапись Зачётной супервизии, с вашего диктофона или видеозапись сессии, сделанную посредством электронных коммуникативных онлайн программ Skype, Zoom, др.

Для чего необходимо выполнить несколько простых операций:

- 1) включить на воспроизведение запись коуч-сессии;
- 2) внимательно прослушать интересующий вас, небольшой фрагмент записи, который способны удержать в памяти;
- 3) поставить аудиозапись на паузу;
- 4) записать услышанное на бумаге или сразу набрать в файл текстового редактора;
- 5) продолжить работу... то есть включить на воспроизведение следующий участок записи коуч-сессии, и далее, по кругу, пока вся запись не будет переведена в текстовый формат.

Рекомендация. Используйте на диктофоне или другом устройстве воспроизведения замедленную скорость - это предоставит вам более удобные условия для перевода в текстовый формат.

Каждая новая фраза или предложение записывается (печатается) с новой строки. При этом в начале каждой строки указывается кому именно принадлежат слова. Например: Клиент:

Коуч: ...

Каждая новая строка сопровождается процессом тайминга, то есть напротив каждой строки выставляется текущее время сессии. Старт сессии принимается за 00 минут 00 секунд. Например: 00:00 Клиент: ..

00:25 Коуч: ..

01:15 Клиент: ..

Тайминг важен для понимания динамики коуч-сессии. Где клиент задержался с ответом и ушёл в рефлексии? Где ответил мгновенно? На каком этапе у коуча произошла остановка и возникли сложности?

Рекомендация. Пользуйтесь штатными временными шкалами, удобно предлагаемыми каждым современным устройством для записи. Например в

программе Skype, временная шкала отражается внизу видео-картинки, стоит лишь слегка пошевелить мышкой.

Таким образом, набранный вами текст в текстовом редакторе Word, далее переводится (сохраняется) в PDF файл (для чего в каждом современном пакете Word, есть функция «сохранить как... PDF»), и отправляется прикреплённым файлом.

## **2. Этап аналитики**

Далее, следует ваша аналитическая работа, для чего необходимо в созданном, таким образом, тексте:

- 1) Выделить период «сильного начала» сессии;
- 2) Выделить период «основной работы» сессии;
- 3) Выделить период «сильного завершения» сессии;
- 4) Определить к какой «квадро-цветовой» типологической группе (QCCT) относиться ваш клиент (жёлтой, красной, синей, зелёной);
- 5) Определить уровень конгруэнтности вашего клиента по 10-ти бальной шкале, где 10-ка - это максимальное значение;
- 6) Указать используемые вами в сессии: коучинговые методики, технологии, приёмы.
- 7) При необходимости важно прокомментировать и резюмировать свои действия, или действия и состояния клиента, всё происходящее на сессии. Для чего необходимо вставить в текст ваши аналитические ремарки, сноски, то есть сопроводить текст сессии вашими замечаниями, наблюдениями, и прочими важными и увиденными для вас комментариями, в общем, сообщить всё, что посчитаете важным в этой сессии.

Сразу уточняем, что не каждое высказывание или фразу, требуется сопровождать вашими комментариями, только то, что считаете необходимым.

Технический нюанс - все свои комментарии в тексте, необходимо выделить и поставить их в скобки: (...).

## **3. Этап выводов**

Завершая работу над транскрипцией, вам необходимо дать заключительную оценку своих действий. Все свои комментарии оформлять в выражениях типа: я смог., я увидел., я заметил., я применил., я увидел ошибки., я понял., я разобрался., я открыл для себя., я изменил., я улучшил. мне не достаёт. мне стоит проработать. у меня не получилось. могу улучшить... мне стоит предпринять... и т.п. Собственную и общую эффективность коуч-сессии оценивать по 10-ти бальной шкале.

Ниже представленный пример, сокращённой транскрибированный сессии

(см. Приложение 1), предлагается вашему вниманию специально, что бы вам было легче сориентироваться. Можете взять её как шаблон вашей работы. Понятно, что вам требуется транскрибировать полный объём коуч-сессии, без сокращений.

#### ***4. Общие требования оформления***

Отчёт по транскрибации, открывается титульным листом, где указывается полное название ведомства, института, кафедры, фамилии автора и руководителя, место и год написания. (Приложение 2)

Текст работы представляется на стандартных листах писчей бумаги формата А4 (210x297 мм). Работа предоставляется в электронном формате.

При наборе текста Отчёта, выдерживать определённые условия. Поля страницы: левое - 3 см., правое - 1,5 см., нижнее - 2 см., верхнее - 2 см. Шрифт Times New Roman (14 пт), междустрочный интервал - полуторный. Текст выравнивается по ширине.

Страницы реферата нумеруются в нарастающем порядке. Номера страниц ставятся внизу по центру. Титульный лист Отчёта включается в общую нумерацию, но номер страницы на нем не ставится.

#### ***5. Дополнительно***

Хотим подчеркнуть, что опыт транскрибирования коуч-сессии, Вам пригодится в дальнейшей работе.

В первую очередь, как эффективное и наглядное средство для разбора собственных ошибок и улучшения своей работы.

Во-вторых, в различных международных профессиональных коучинговых организациях, для подтверждения своей квалификации, как объект выступающий основанием для проведения экспертизы.

## Пример транскрибации коуч-сессии

*Коуч: Иридин Николай Викторович*

*Клиент: Светлана Р., 38 лет, замужем, 2 детей, группа клиента - Жёлтая*

*Специализация коуч-сессии: life-coaching*

*Конгруэнтность клиента, итоговая: 8*

*Время коуч-сессии: 26 минут*

*Место проведения: персональный кабинет*

*Первичный запрос: Мне всегда плохо дома*

*Уточнённый запрос: Моя мать - деспот*

*Цель клиента: Хочу решить вопрос с матерью так, что бы уровень моего личностного комфорта стал от 8-ми до 10.*

### КОУЧ-СЕССИЯ

*(я открываю этап сильного начала сессии)*

*00:00 Коуч: Здравствуйте, присаживайтесь, выбирайте любое из предложенных кресел, там, где Вам будет удобнее.*

*00:05 Клиент: Спасибо.*

*00:08 Коуч: Как к вам можно обращаться?*

*00:15 Клиент: Меня зовут Светлана, можно Света.*

*[.....ТЕКУЩАЯ РАБОТА.....]*

*04:15 Коуч: Благодарю за обратную связь, вам всё понятно, вопросов более не осталось?*

*04:20 Клиент: Нет*

*04:25 Коуч: Хорошо, тогда приступаем, итак, с чем вы пришли сегодня, что беспокоит, какой вопрос хотели бы решить?*

*(этап сильного начала оцениваю как полный и законченный, и я приступаю к этапу основной работы)*

*04:32 Клиент: Мне плохо дома*

*(клиент, буквально отшатнулся от меня в кресле, с широким жестами рук, я заметил волнение в голосе, у него начались сильные эмоции)*

*04:40 Коуч: Что значит для вас «плохо дома»?*

*(применяю технику коучингового вопроса с возвращением заявленного паттерна)*

*04:45 Клиент: Ну то есть когда я прихожу домой, мне всегда плохо. Да же собираясь ещё на работе домой, у меня подкатывает ком к горлу, так не хочется идти.*

05:05 Коуч: Скажите вы живёте только вместе с мамой? Или ещё кто есть?

(проясняю социальную среду клиента)

05:14 Клиент: Нет, у меня ещё муж и детей двое.

05:22 Коуч: А маме сколько лет?

(клиент задумался, вспоминая, очевидно нарастает эмоциональное напряжение, заметил её раздражение)

05:35 Клиент: 75

05:38 Коуч: Она всегда жила с вами?

05:43 Клиент: Да, с момента моего замужества.

(с этого момента я начинаю изучать влияние социальной среды на клиента, но намеренно, без глубокого погружения, остерегаюсь нарушить сонастройку и снизить уровень доверия)

05:50 Коуч: И вам всегда было «плохо дома»?

(здесь я возвращаю вербальный паттерн клиенту и наблюдаю)

(клиент задумался, что говорит о его реальном включении в работу)

06:03 Клиент: Сколько себя помню, почти всегда ДА

06:08 Коуч: Уточните, а что значит «почти всегда» «плохо дома»? Значит есть или было время когда вам хорошо дома?

(здесь я возвращаю клиенту уже группу паттернов клиента, и начинаю фокусировать его на изучении состояния её плохости)

06:16 Клиент: Ну моя мать всегда меня притесняла, а сейчас стала просто не выносима. Мне было хорошо, когда мы с ней не виделись, например она по делам уезжала...

(замечаю, что клиент заиклен на ситуации плохости совместного проживания, связывая своё состояние исключительно с образом матери, перехожу к отдельному изучению этих 2 понятий: мать и плохость)

[.....ТЕКУЩАЯ РАБОТА.....]

11:05 Коуч: То есть вы утверждаете, что ваша мать «редкостная дрянь».

(возвращаю паттерн и наблюдаю за реакцией клиента)

11:09 Клиент: Да, она деспот, который уничтожила мою жизнь и продолжает это делать

11:17 Коуч: А что вы хотите решить, здесь и сейчас?

(здесь, своим вопросом я срезаю усиливающиеся и мешающие эмоции клиента, намеренно заужаю конус эмоциональной раскрутки, не позволяя клиенту бесцельно эмоционировать, что бы заблокировать его тенденцию на беспредметную агрессию)

11:25 Клиент: Не знаю! Хочу выгнать её хочу из дома!... жаль не смогу, совесть не позволяет.

(клиент сожалеет, но правда в том, что он очевидно доволен своей хорошестью)

11:31 Коуч: Скажите, с каким реальным результатом желаете сегодня покинуть мой кабинет? Что бы вас устроило в качестве результата?

(здесь формирую рамку результата, уточняю запрос в категории ХОЧУ)

11:42 Клиент: Хочу, что бы мне было хорошо дома.

11:51 Коуч: Как это «хорошо дома»? Помогите мне это понять? Что это для вас?

(требую обратную связь, возвращаю паттерн, вовлекаю клиента в конструктивную самоаналитику)

12:05 Клиент: Ну то есть комфортно.

(отмечаю новый качественный паттерн, возможно отражающий одну из сильных ценностей клиента)

12:11 Коуч: Давайте представим себе, что ваш комфорт находится и разложен по 10-ти бальной шкале, где 0 - это полное отсутствие комфорта, хаос, мрак, издевательство, боль, грязь, почти смерть и вам невыносимо отвратно. Представили? А 10-как это состояние просто всепоглощающего счастья, это постоянная эйфория и ощущение вечного блаженства, рай на Земле. Представили? Так где вы сейчас по данной шкале? Прошу отвечайте сразу, быстро, не думая ...

(применяя технику одномерного линейного шкалирования привязываю клиента к реальности)

12:32 Клиент: Я в нуле.

(здесь клиент определит свою цифру под влиянием сильных эмоций, и очевидно, что он явно лжёт себе и мне)

12:38 Коуч: Вы уверены что это правда, что вы в нуле? Ноль - это ад на земле!! Какая цифра первая возникла в сознании, когда я рисовал картинку вашего комфорта?

(здесь я не даю клиенту возможности себе врать и жёстко уточняю)

13:02 Клиент: Да, нет, конечно это не совсем так, я скорее всего. где то . нет, первая цифра у меня мелькнула. тройка, на самом деле, да, я сейчас в тройке, или в двойке? Нет я в тройке.

13:31 Коуч: Уверены, что в тройке? Насколько это точно для вас?

13:45 Клиент: Да, это первая цифра была, я её просто отогнала.

13:51 Коуч: Отлично, благодарю за честный ответ.

(здесь я вернул клиента в конструктивную работу и применяю технику Благодарности)

[..... ТЕКУЩАЯ РАБОТА .....] ]

(с этого момента я приступаю к этапу сильного завершения сессии)

23:12 Коуч: Итак. что полезного, продвигающего сегодня открыли, получили, к чему важному сегодня пришли?

23:21 Клиент: Я поняла, что такое для меня 8-ка комфорта, и как она важна для меня. Я разобралась из чего она состоит и как это можно использовать. Я очень понятно и чётко осознала, что могу управля

*процессом отношений с матерью и поняла, что в том нет ни её, ни моей вины. Я увидела, что всё что она делала это попытка защитить меня.*

*23:42 Коуч: Отлично, вы просто умница!!! Такие клиенты как вы - редкость! У вас просто бешенная энергия и желание всё решить! Это впечатляет!*

*(применяя технику Благодарности сохраняю динамику клиента на решение её ситуации за пределами сессии, в долгосрочной перспективе)*

*24:12 Клиент: Огромное вам спасибо! Вы так мне помогли!! Вы не представляете как вы мне помогли...*

*(клиент по настоящему ощущает свою перспективу и высоко оценивает эффективность работы с ним)*

*24:18 Коуч: Благодарю вас! Скажите, а что вы сделаете прямо сейчас, сегодня? Успеете, как вы решили, сегодня до 21:00?*

*(здесь я к категории МОГУ, уточняю шаги клиента, и негласно напоминая и призывая к самодисциплине, что легко принимается клиентом; я уже уверенно осознаю, что это точно клиент жёлтой группы, поэтому ему как никому другому требуется дисциплина и без лишней структурированности, за пределами сессии в категории Домашнего задания, то есть, чёткое, лучшее в одно действие)*

*25:25 Клиент: Да, успею. Во-первых, я сейчас поговорю с мужем - это самое важное, мы сегодня обедаем вместе, поэтому есть время. Потом, вечером до девяти часов мы сразу поговорим с матерью. Мы точно сделаем всё как я сегодня решила, я уверена, что теперь не будет никаких проблем. А если даже что-то не получится, то мне всё равно, я сейчас не их боюсь. Я вдруг почувствовала какую-то силу. Не знаю что именно, но это классно.*

*26:09 Коуч: Отлично! Ещё раз благодарю за встречу! Уверен, что всё получится наилучшим образом! До свидания! Удачи!*

*(здесь, я забыл оговорить для контроля следующую встречу)*

*26:21 Клиент: Спасибо! До свидания!*

### Мои выводы по работе следующие:

*Качество своей работы на коуч-сессии оцениваю на твёрдую 7-ку. Мне было сложно в удержании коуч-позиции, т.к. клиент жёлтой группы для меня оказался сложным клиентом, и потребовал чрезвычайных затрат энергии, но в любом случае моя сонастройка была на достаточно высоком уровне. Я смог изначально точно определить цвет клиента. Смог сохранить конгруэнтность клиента. В категории ХОЧУ мне удалось прояснить первичный запрос, я и не ошибся в его актуальности до конца сессии. Считаю что долгосрочная перспектива клиента работает, т.к. мне удалось зацепить реальную ценность клиента и построить на ней стратегию результата. Есть недочёты в работе, например, совершенно вылетело из головы необходимость провести как минимум ещё одну встречу для*



закрепления. Так же я упустил возможность на этапе Целеполагания применить Правило «ТрёхП». Я избегал многоуровневых вопросов, хотя оказалось зря, т.к. клиент в итоге оказался с высоким уровнем IQ.

Хотелось бы улучшить свою способность в балансе ответственности и нейтральности, т.к. всё время хотелось подсказать очевидное клиенту. Поэтому коуч-позиция мне давалась тяжело. Считаю что и Явная, и Скрытная тенденция влияния моего опыта на коучинг мною успешно освоены и контролируются мной, а вот Бессознательная пока ещё на начальной стадии и необходима работа по коррекции личности, что очевидно требует дополнительно проработки с моим коуч-наставником.

Министерство просвещения Российской Федерации  
ИНСТИТУТ КОНСАЛТИНГА И УПРАВЛЕНИЯ

РЕФЕРАТ (наименование согласно выбранной теме)

Работу выполнил:  
слушатель учебной программы  
«Профессиональный коучинг»

... Иван Иванович Иванов.

Руководитель:  
магистр психологии, зав.  
кафедрой проф. коучинга АНО  
ДПО «Институт консалтинга и  
управления»

Зотова А.В.

Москва - 2022