

# Модель SCORE

Кузин АЮ

## Макромодели коучинга



Аббревиатура SCORE соединяет в себе следующие слова:  
Symptom (актуальное состояние), Cause (причина), Outcome (желаемое состояние), Resource(ресурс) и Effect (эффект)



<b>(-) (+)</b>	<b>Symptoms</b>	<b>симптомы</b>	<b>Настоящее</b>
<b>(-)</b>	<b>Causes</b>	<b>причины</b>	Прошлое
<b>(+)</b>	<b>Outcome</b>	<b>результаты</b>	Будущее
<b>(+)</b>	<b>Resources</b>	<b>ресурсы</b>	Настоящее, прошлое, будущее
<b>(-) (+)</b>	<b>Effects</b>	<b>эффекты</b>	Будущее будущего



## **Симптомы (symptoms)**

Наиболее заметные проявления проблемы

Хорошее введение в разбор проблемной ситуации

Вопросы:

- Какова текущая ситуация?
- Что происходит/есть сейчас?
- Что хотите изменить?
- Что происходит, когда...?
- Что пошло не так?
- Опишите ситуацию....



## Причины (causes)

Основные элементы отвечающие за появление симптомов

Исследование причинно-следственных связей

Понимание повышает осознанность

Вопросы:

- Почему у вас нет того, что вы хотите?
- Что послужило причиной сегодняшнего положения дел?
- Что не дает вам?
- Что произойдет, если ... получите ЖС?
- Что произойдет, если ...не получите ЖС?
- Вторичные выгоды: Что вы получаете от того, что это не происходит?
- Что вы потеряете, если это произойдет?
- Как еще причины вы можете выделить?



## **Результаты (outcome)**

**Конкретные достижения которые должны прийти на смену симптомам**

**Осознание желаемого**

**Вопросы:**

- Что вы хотите?
- Что конкретно будет являться результатом?
- Как узнаете?
- Опишите картину.
- Как должно быть?
- Почему именно так?



## Ресурсы (recourses)

Основные элементы ответственные за устранение проблемы и создание желаемого результата.

Можно использовать мозговой штурм

Вопросы:

- Что вам нужно для достижения цели?
- Что могло бы вам помочь перейти к быстрым изменениям?
- Чего вам не хватало для получения результата?
- **Что/кто может помочь? Каким образом?**
- Что вам нужно для достижения цели?
- Что могло бы вам помочь перейти к быстрым изменениям?
- Чего вам не хватало для получения результата?



# Эффекты (effects)

Более долговременные следствия  
достижения результата

Диалог о будущих позитивных  
изменениях

## Вопросы:

- Что произойдет после достижения цели?
- Что вам это даст?
- Как полученные изменения отразятся на вашей жизни и на жизни ваших близких?
- Какие более далекие последствия вы можете предположить?
- Кто и что приобретет?
- На кого/как это повлияет на ваши будущие достижения?



