

# ПАВЕЛ РАКОВ

- писатель
- телеведущий
- коуч
- сексолог
- психолог
- преподаватель психологии
- профессор психологии



Помогаю людям получать навыки для личной  
эффективности и достижения поставленных целей



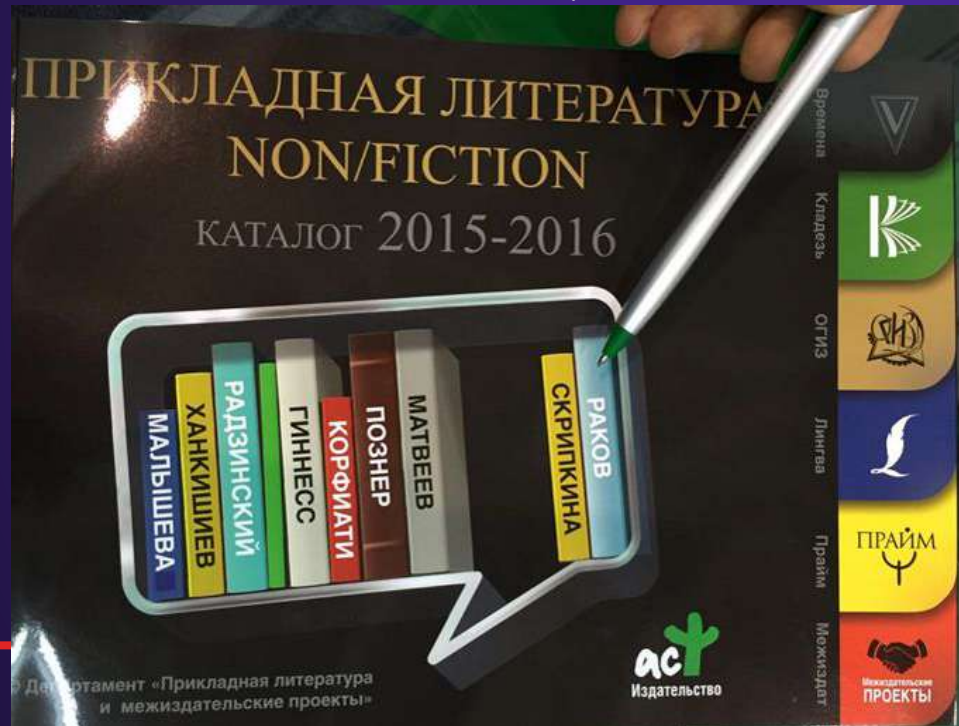
# ПАВЕЛ РАКОВ

**Родился в 1970г.** Москва.  
Женат с 1995 года, двое детей.

Ресурсы и аудитория:

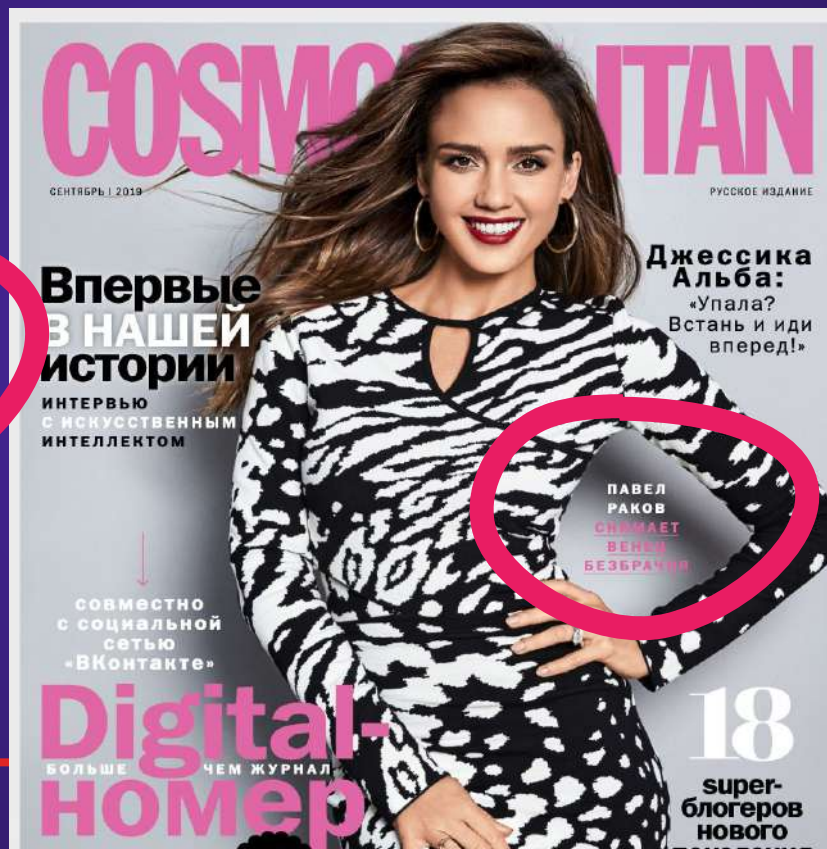
- **@pavelrakov** 900 тыс
  - **Яндекс Дзен** 100 тыс
  - **Ютуб** 250 тыс
  - **ВК** 115 тыс
  - **Телеграм** 9 тыс
-

# Автор 14 книг по психологии отношений №1 по объему продаж в 2015 - 2016 в АСТ (прикладная литература)





# Эксперт в СМИ



Телеведущий  
“Женское счастье” - 15 серий  
ТК Россия 1 - 2014 г.





# *“Мои прекрасные...” – 60 серий РЕН ТВ 2014 – 2015 г.*





“Модель XL” - 1-й сезон

Pavel  
RAKOV

2019 г.



“Такому мама не научит” - 82 серии  
ТК МИР - 2019 г.

Pavel  
RAKOV





# “Базовый женский курс №1” на телеканале “Психология” - 2023 - 2024 г.



*Благотворительность.*

*Мы бесплатно обучаем 150 студентов для  
благотворительного фонда “Много мама”*

*<https://многомама.com/>*

**Много Мама**

МНОГОДЕТНЫЕ ВСЕХ СТРАН  
ОБЪЕДИНЯЙТЕСЬ



наш канал в



На рынке уже более 26 лет  
(с 1998 года)

14 тыс дипломированных  
специалистов.  
Преподавал в РГСУ, МГУ ТУ,  
коммерческая Академия.  
Преподает ДПО в ФГБНУ АН



ФГБНУ  
«Аналитический центр»  
Дополнительное профессиональное  
образование



Тренер в области психологии





# Документы

## МЕЖДУНАРОДНЫЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ АККРЕДИТАЦИОННЫЙ И АТТЕСТАЦИОННЫЙ КОМИТЕТ (МАААК)

в знак признания достигнутого образовательного и профессионального уровня и значительного вклада в развитие теории коучинга, разработку и реализацию тренинговых программ личностного роста  
присудил

**Ракову  
Павлу Александровичу**  
профессиональную степень  
доктора  
управления человеческими  
ресурсами

со всеми правами, привилегиями,  
ответственностью и почестями.

На дипломе печать и подписи официальных лиц  
МАААК. Диплом выдан в г. Москва первого июня две  
тысячи пятнадцатого года.



*[Signature]*  
Президент

*[Signature]*

Главный секретарь

Международный академический аккредитационный и аттестационный комитет (МАААК) является Учреждением Ассоциации высших учебных заведений Российской Федерации, имеющим права Аттестационного департамента Всемирного технологического университета (ВТУ), учрежденного Организацией Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры (ЮНЕСКО) и Министерством общего и профессионального образования Российской Федерации, в соответствии с Меморандумом о взаимопонимании между Организацией Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры (ЮНЕСКО), Организацией Объединенных Наций по промышленному развитию (ЮНИДО) и Государственным Комитетом Российской Федерации по высшему образованию (Госкомвузом России) от 14 ноября 1995 г., с резолюцией 235, принятой на 28-й сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО, и в соответствии с Распоряжением Правительства Российской Федерации от 6 января 1997 г., № 13-р.

Москва - Париж

## МЕЖДУНАРОДНЫЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ АККРЕДИТАЦИОННЫЙ И АТТЕСТАЦИОННЫЙ КОМИТЕТ (МАААК)

в знак признания достигнутого образовательного и профессионального уровня и существенного вклада в развитие бихевиоральной, когнитивной психологии и психологии межличностных коммуникаций  
присудил

**Ракову  
Павлу Александровичу**  
учёное звание  
профессора  
психологии

со всеми правами, привилегиями,  
ответственностью и почестями.

На дипломе печать и подписи официальных лиц  
МАААК. Диплом выдан в г. Москва первого июня две  
тысячи пятнадцатого года.



*[Signature]*  
Президент

*[Signature]*

Главный секретарь

# “Педагогика и психология” высшего образования и дополнительного профессионального образования”





# Дипломы: "Практическая психология", "Коуч-консультант", "Сексолог-консультант"

За время обучения студент(а) достиг и освоил по следующим дисциплинам:

| № п/п | Наименование          | Количество часов | Оценки |
|-------|-----------------------|------------------|--------|
| 1     | Психология            | 10               | 4,0    |
| 2     | Психология личности   | 10               | 4,0    |
| 3     | Психология семьи      | 10               | 4,0    |
| 4     | Психология общения    | 10               | 4,0    |
| 5     | Психология здоровья   | 10               | 4,0    |
| 6     | Психология труда      | 10               | 4,0    |
| 7     | Психология спорта     | 10               | 4,0    |
| 8     | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 9     | Психология религии    | 10               | 4,0    |
| 10    | Психология культуры   | 10               | 4,0    |
| 11    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 12    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 13    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 14    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 15    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 16    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 17    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 18    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 19    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 20    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 21    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 22    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 23    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 24    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 25    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 26    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 27    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 28    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 29    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 30    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 31    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 32    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 33    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 34    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 35    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 36    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 37    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 38    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 39    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 40    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 41    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 42    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 43    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 44    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 45    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 46    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 47    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 48    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 49    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 50    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |

Итого: 1000 часов

Подпись:  Александр Е.С. Рахов

**ДИПЛОМ**  
О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

772415043594

Документ о квалификации

Регистрационный номер: 0257  
Город: Москва  
Дата выдачи: 10 ноября 2021 года

Приложение к диплому № 772415043594

Фамилия, имя, отчество: **Рахов Павел Александрович**

имеет документ об образовании: Среднее профессиональное образование (уровень: 10) от 10.11.2019 г. № 772415043594

С " 05 " апреля 2021 г. по " 04 " ноября 2021 г.

приним(а) профессиональную переподготовку в (на) ООО "Международная Академия Дополнительного Профессионального Образования" (далее - образовательная организация)

по программе: Психологическое консультирование в области: Психология личности

приним(а) стажировку в (на) \_\_\_\_\_

выполнил(а) аттестационную работу на тему: \_\_\_\_\_

За время обучения студент(а) достиг и освоил по следующим дисциплинам:

| № п/п | Наименование          | Количество часов | Оценки |
|-------|-----------------------|------------------|--------|
| 1     | Психология            | 10               | 4,0    |
| 2     | Психология личности   | 10               | 4,0    |
| 3     | Психология семьи      | 10               | 4,0    |
| 4     | Психология общения    | 10               | 4,0    |
| 5     | Психология здоровья   | 10               | 4,0    |
| 6     | Психология труда      | 10               | 4,0    |
| 7     | Психология спорта     | 10               | 4,0    |
| 8     | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 9     | Психология религии    | 10               | 4,0    |
| 10    | Психология культуры   | 10               | 4,0    |
| 11    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 12    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 13    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 14    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 15    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 16    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 17    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 18    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 19    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 20    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 21    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 22    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 23    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 24    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 25    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 26    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |
| 27    | Психология философии  | 10               | 4,0    |
| 28    | Психология истории    | 10               | 4,0    |
| 29    | Психология литературы | 10               | 4,0    |
| 30    | Психология искусства  | 10               | 4,0    |

Итого: 1000 часов

Подпись:  Александр Е.С. Рахов

**ДИПЛОМ**  
О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

772415043594

Документ о квалификации

Регистрационный номер: 0255  
Город: Москва  
Дата выдачи: 25 ноября 2021 года

Общество с ограниченной ответственностью  
"Международная Академия Дополнительного  
Профессионального Образования"

**ДИПЛОМ**  
О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

772417819381

Документ о квалификации

Регистрационный номер: 1995  
Город: Москва  
Дата выдачи: 18 августа 2020 года

Настоящий документ свидетельствует о том, что:

**Рахов Павел Александрович**

приним(а) профессиональную переподготовку в (на) ООО "Международная Академия Дополнительного Профессионального Образования" по программе «Психологическое консультирование в области: Психология личности»

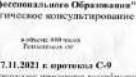
Курсовое: 400 часов  
Психология: 10

17.11.2021 г. по приложению С-9

выполнил(а) аттестационную работу на тему: \_\_\_\_\_

Сексолог-консультант

и имеет право на ведение профессиональной деятельности: Психологическое консультирование в области: Психология личности

Подпись:  Александр Е.С. Рахов

Приложение к диплому № 772417819381

Фамилия, имя, отчество: **Рахов Павел Александрович**

имеет документ об образовании: Среднее профессиональное образование (уровень: 10) от 10.11.2019 г. № 772415043594

С " 01 " сентября 2021 г. по " 21 " ноября 2021 г.

приним(а) профессиональную переподготовку в (на) ООО "Международная Академия Дополнительного Профессионального Образования" (далее - образовательная организация)

по программе: Психологическое консультирование в области: Психология личности

приним(а) стажировку в (на) \_\_\_\_\_

выполнил(а) аттестационную работу на тему: \_\_\_\_\_



# “Инструктор по йоге. Методики построения и проведения групповых и индивидуальных практик”

|                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Автономная некоммерческая организация<br>дополнительного профессионального образования<br>«Национальный исследовательский институт<br>дополнительного образования и профессионального обучения»<br>(АНО «НИИДПО») | Настоящий диплом свидетельствует о том, что<br><br><b>Ряков</b><br><br><b>Павел Александрович</b><br>прошел(а) профессиональную переподготовку<br>с 17 февраля 2023 г. по 18 мая 2023 г.<br>в АНО «НИИДПО»<br><br>по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки<br>«Инструктор по йоге. Методики построения и проведения групповых и<br>индивидуальных практик»<br><br>(в объеме 340 часов)<br>Итоговая аттестационная комиссия<br>решением от 18.05.2023<br>удостоверяет присвоение квалификации<br><b>ИНСТРУКТОР ПО ЙОГЕ</b><br><br>и предоставляет право на ведение профессиональной деятельности в сфере<br>организации и проведения физкультурно-оздоровительных занятий по<br>направлению «Йога» |
| <b>ДИПЛОМ</b><br>О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ<br><br><b>772419557362</b><br><br>Документ о квалификации                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Регистрационный номер<br><b>4658</b><br>Город<br><b>Москва</b><br>Дата выдачи<br><b>22.05.2023</b>                                                                                                                | <br>Председатель комиссии  <b>Е.Д. Гармیان</b><br>Руководитель  <b>М.А. Басин</b><br>Секретарь  <b>Я.Е. Блинова</b>                                                                                                                                                                                                                                                                      |

# “Тренер в области общей психологии”

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное научное учреждение  
«Экспертно-аналитический центр»

## ДИПЛОМ О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

772417907230

Документ о квалификации

Регистрационный номер

000203

Город

Москва

Дата выдачи

14 мая 2024 г.

Настоящий диплом свидетельствует о том, что

**Раков  
Павел Александрович**

с 30 января 2024 г. по 06 мая 2024 г.

прошел(а) профессиональную переподготовку в (на)  
**ФГБНУ «Аналитический центр»**

по программе «Тренер в области общей психологии»  
в объеме 260 часов

Решением от  
**06 мая 2024 г.**

(протокол № 08-02/24/15)

диплом предоставляет право  
на ведение профессиональной деятельности в сфере  
**общей психологии (консультирование)**



Председатель комиссии

Диброва Ж.Н.

Руководитель

Марченко С.С.

Секретарь

Зайцева Л.А.

Приложение к диплому № 772417907230

Фамилия, имя, отчество: Раков  
Павел Александрович

имеет документ об образ  
профессиональном образов

С "30" января 2024

прошел(а) профессионал  
«Аналитический центр»  
(наименование образов

по программе «Тренер в с

прошел(а) стажировку в

защитил(а) аттестационн

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по следующим дисциплинам:

| № п/п | Наименование                                                                           | Количество часов | Оценка  |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------|
| 1     | Модуль 1. Введение в специальность «Тренер в области психологии»                       | 6                | зачтено |
| 2     | Модуль 2. Консультирование                                                             | 60               | зачтено |
| 3     | Модуль 3. Современные технологии практической психологии                               | 140              | зачтено |
| 4     | Модуль 4. Теоретические и методологические основы психологии психологического тренинга | 46               | зачтено |
| 5     | Модуль 5. Психология и искусственный интеллект                                         | 6                | зачтено |
| 6     | Итоговая аттестация                                                                    | 2                | отлично |

Всего: 260 часов



Руководитель

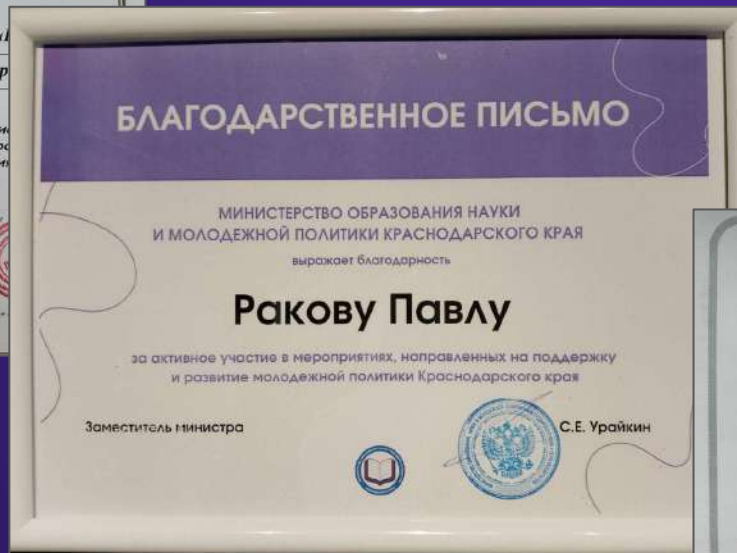
Марченко С.С.

Секретарь

Зайцева Л.А.



# Документы и благодарности







**Сайт** <https://pavelrakov.com/>



**Соц. сети:**  
**VK** <https://vk.com/pavelrakov>



**Яндекс Дзен** <https://zen.yandex.ru/pavelrakov>



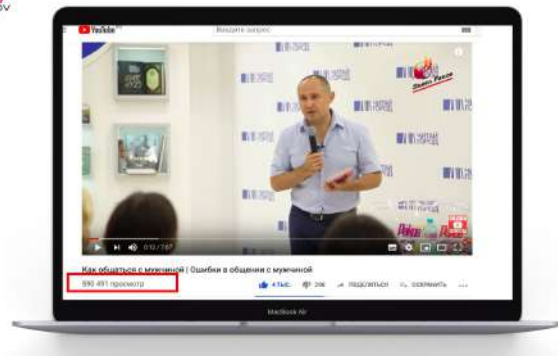
**Ютуб (2 канала)**  
<https://www.youtube.com/channel/UCP1wo1KDi4qIMFHEPCQAIHQ/channels>



**Книги** <https://pavelrakov.com/shop/>



**Канал** <https://t.me/pavelrakov>



Директор

Ксения

+7-915-092-77-44

