

Київський університет імені Бориса Грінченка
Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти
Кафедра психології особистості та соціальних практик


«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Проректор з науково-методичної та
навчальної роботи
Олексій ЖИЛЬЦОВ
« 05 » 20 22 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Технології коучингу»

для студентів

спеціальності 053 Психологія

освітнього рівня першого (бакалаврського)

освітньої програми 053.00.02 Практична психологія

спеціалізації ~~Психологія розвитку~~



Київ – 2022

Розробник:

Вінник Наталія Дмитрівна, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, старший викладач кафедри психології особистості та соціальних практик

Викладач:

Вінник Наталія Дмитрівна, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, старший викладач кафедри психології особистості та соціальних практик

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри психології особистості та соціальних практик

Протокол від 17.01. 2022 р. № 1

Завідувач кафедри _____ (Оксана СЕРГЕЄНKOBA)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми (керівником освітньої програми 053.00.02 Практична психологія)

_____. _____. 20__ р.

Керівник освітньої програми _____ (Оксана КРАЄВА)

Робочу програму перевірено

01.02.2022 р.

Заступник директора _____ (Роман ПАВЛЮК)

Пролонговано:

на 20__/20__ п.р. _____, «__» __ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ п.р. _____, «__» __ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ п.р. _____, «__» __ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ п.р. _____, «__» __ 20__ р., протокол № __

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	денна	
Вид дисципліни	вибіркова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	4/120	
Курс	3	
Семестр	6	
Кількість змістових модулів з розподілом:	4	
Обсяг кредитів	4	
Обсяг годин, в тому числі:	120	
Аудиторні	42	
Модульний контроль	8	
Семестровий контроль	30	
Самостійна робота	40	
Форма семестрового контролю	екзамен	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета курсу – розкрити особливості коучингових технологій, що сприятиме вирішенню практико-орієнтованих проблем у сфері психологічного супроводу особистості та організації.

Завдання курсу:

- опанування знань про психологічні закономірності роботи коуча по досягненню чітко поставленої мети у сфері професійної діяльності, особистого життя або саморозвитку;
- структурування алгоритмів цілепокладання, прийняття рішень, планування чи мотивації за допомогою методик і технологій коучингу;
- розкриття творчого потенціалу студента для доступу до ідей, що відкривають інноваційні можливості.

3. Результати навчання за дисципліною

Відповідно до Освітньо-професійної програми 053.00.02 «Практична психологія» за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти зі спеціальності 053 Психологія, дисципліна «Технології коучингу» забезпечує формування таких **загальних та фахових компетентностей**:

- ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
- ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.
- ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

- ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії.
- ЗК9 Здатність працювати в команді.
- ЗК10 Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного, демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
- СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.
- СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.
- СК7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.
- СК13 Здатність до ефективного міжособистісного спілкування, емпатійного слухання, емоційної стабільності, толерантності.
- СК 15 Здатність сприяти цілісному розвитку особистості, її самовдосконаленню та самореалізації.
- СК16 Здатність реалізувати в сімейному консультуванні та психокорекційній роботі різні методики.

Відповідно до Освітньо-професійної програми 053.00.02 «Практична психологія» за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти зі спеціальності 053 Психологія, дисципліна «Технології коучингу» забезпечує оволодіння такими **програмними результатами навчання**:

- ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання
- ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань
- ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.
- ПР4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.
- ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.
- ПР8. Презентувати результати власних досліджень усно/ письмово для фахівців і нефахівців.
- ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання
- ПР10 Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, відстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.

4. Структура навчальної дисципліни

Тематичний план

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Змістовий модуль 1. Концептуальні засади коучингу							
Тема 1. Методологія коучингу	2	2					
Тема 2. Види коучингу	20	2	2	6			10
Модульний контроль	2						
Разом	24	4	2	6			10
Змістовий модуль 2. Професія коуч							
Тема 3. Етичні стандарти та компетенції коуча	20	2	2	6			10
Модульний контроль	2						
Разом	22	2	2	6			10
Змістовий модуль 3. Психологічні особливості коучингової сесії							
Тема 4. Структура коучингової сесії	20	2		8			10
Модульний контроль	2						
Разом	22	2		8			10
Змістовий модуль 4. Практичний вектор коучингу							
Тема 5. Основні технології коучингу	20	2	2	6			10
Модульний контроль	2						
Разом	22	2	2	6			10
Підготовка та проходження контрольних заходів	30						
Усього	120	10	6	26			40

5. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Концептуальні засади коучингу

Лекція 1. Методологія коучингу (2 год.)

Психологія коучингу як навчальна дисципліна. Становлення коучингу в світовій практиці. Основні ідеї та підходи науковців до вивчення поняття

«коучинг». Принципи, мета та завдання коучингу. Відмінність між поняттями «коучинг», «наставництво», «тренінг», «консультування».

Основні поняття теми: психологія коучингу, коучинг, коуч, сесія, технології.

Лекція 2. Види коучингу (2 год.)

Види коучингу: executive coaching (коучинг для вищого менеджменту); leadership coaching (коучинг лідерства); Life Coaching (лайф-коучинг); Business-coaching (бізнес-коучинг); Careers coaching (коучинг кар'єри); On-Job-Coaching (коучинг на робочому місці). Особливості проведення та специфіка планування.

Основні поняття теми: коучинг менеджменту, лайф-коучинг, бізнес-коучинг, коучинг кар'єри.

Семінар 1. Види коучингу (2 год.).

Практичне заняття 1. . Декартові питання (2 год.).

Практичне заняття 2. Техніка «Ранкові та вечірні питання (2 год.).

Практичне заняття 3. Сімокрокова стратегія самокоучингу (self-coaching) (2 год.).

Змістовий модуль 2.

Професія коуч

Лекція 3. Етичні стандарти та компетенції коуча (2 год.)

Характеристика та специфіка професії коуча. Особистісні якості коуча. Коуч і клієнт – взаємодія, обов'язки, відповідальність. Порівняльний аналіз понять «коуч», «психолог», «тренер», «консультант», «терапевт», «експерт». Підготовка професійних коучів до діяльності та роль Міжнародної Федерації Коучингу (ICF) щодо формування професійних компетенцій фахівців.

Основні поняття теми: коуч, клієнт, професійні компетентності, Міжнародна федерація коучингу.

Семінар 2. Трансформаційна комунікація (2 год.).

Практичне заняття 4. Методика проведення SWOT-аналізу (2 год.).

Практичне заняття 5. Модель GROW у коучингу (2 год.).

Практичне заняття 6. Постановка мети по SMART (2 год.).

Змістовий модуль 3.

Психологічні особливості коучингової сесії

Лекція 4. Структура коучингової сесії (2 год.)

Основні аспекти вступної сесії. Основні елементи коучингової сесії. Сфера, тема для сесії. Мета коуч-сесії. Перевірка мети (глобальної та на сесію). Існуюча ситуація. Варіанти дій. План дій. Завершення. Аналіз результатів: великі часові витрати; побоювання підняти на поверхню глибинні внутрішні проблеми. Алгоритм залучення клієнтів до навчання.

Основні поняття теми: проблемні питання в коучингу, запити до коуча, часові витрати, алгоритм залучення.

Практичне заняття 7. Фрірайтинг у коучингу (2 год.).

Практичне заняття 8. «Ціннісний образ себе» (2 год.).

Практичне заняття 9. Змініть рамку, або що таке рефреймінг (2 год.).

Практичне заняття 10. Піраміда логічних рівнів (2 год.).

Змістовий модуль 4. Практичний вектор коучингу

Лекція 5. Основні технології коучингу (2 год.)

Методи і технології коучингу в управлінській діяльності. Особливості їх застосування. Методика «Колесо коучингу» («Колесо життя», «Колесо бажання») для вивчення запиту клієнта. Методики дослідження цінностей, екологічного мислення, страхів тощо завдяки «картезіанським запитанням». Філософія лайф-коучингу. Концепція емоційної компетентності.

Робота з внутрішніми обмеженнями. Техніки впливу на мотиваційну сферу, практичні навички застосування коучингових інструментів гармонізації сфер життя особистості.

Основні поняття теми: управлінська діяльність, методи, технології, особистість, гармонізація життя.

Семінар 3. Особливості та інструменти коучингу (2 год.).

Практичне заняття 11. Робота зі стресом (2 год.).

Практичне заняття 12. «Вилон гремлінів» (2 год.).

Практичне заняття 13. Техніка модифікації досвіду (2 год.).

6. Контроль навчальних досягнень

6.1 Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна к-сть балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3		Модуль 4	
		кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	2	2	1	1	1	1	1	1
Відвідування семінарських занять	1	1	1	1	1			1	1
Робота на семінарському занятті	10	1	10	1	10			1	10
Відвідування практичних занять	1	3	3	3	3	4	4	3	3
Робота на практичному занятті	10	3	30	3	30	4	40	3	30
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	1	5	1	5	1	5
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25	1	25	1	25
Разом			76		75		75		75
Максимальна кількість балів: 301									
Коефіцієнт для переведення у 60-бальну шкалу – 5									

6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання.

Змістовий модуль 1.

Концептуальні засади коучингу

Тема 2. Види коучингу – 10 год.

Опрацювавши тему за підручником, укласти її опорно-логічну схему – 5 балів.

1. Аткинсон М., Чойс Т. Рей. Покрокова система: Наука і мистецтво коучингу / Пер. с англ. – К.: Companion Group, 2010. 256с. – Режим доступу: <http://library.proc0aching.com/rb/poshagovaya-sistema-kouchinga-merilin-atkinson.html#>.

Змістовий модуль 2.

Професія коуч

Тема 3. Етичні стандарти та компетенції коуча – 10 год.

Заповнити таблицю щодо компетенцій коуча, включаючи рубрики: Soft Skills, Hard Skills – 5 балів.

Змістовий модуль 3.

Психологічні особливості коучингової сесії

Тема 4. Структура коучингової сесії – 10 год.

Зробити коуч-рецензії на фільми (див. ЕНК) – 5 балів.

Змістовий модуль 4.

Практичний вектор коучингу

Тема 5. Основні технології коучингу – 10 год.

Зробити коуч-рецензію на книгу Еріка Еманнуеля Шмітта «Оскар і рожева пані»

Режим доступу: <https://www.ukrlib.com.ua/world/printit.php?tid=8504> – 5 балів.

Критерії оцінювання самостійної роботи

Кількість балів за роботу під час виконання самостійної роботи залежить від дотримання таких критеріїв:

- своєчасність виконання навчальних завдань 1б.;
- повний обсяг їх виконання 1б.;
- якість виконання навчальних завдань 2 б.;
- творчий підхід у виконанні завдань 1б.

6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання.

Модульні контрольні роботи виконуються в письмовій комбінованій формі.

Таблиця 6.3.1

Зміст і критерії оцінювання модульних контрольних робіт

Змістовий блок і його призначення	Форма	Максимальна кількість балів
Перший (визначення якості володіння базовими поняттями)	тести	15
Другий (виявлення здатності до аналізу, синтезу, конкретизації й узагальнення змісту навчальної дисципліни)	запитання, що передбачає розгорнуту відповідь	4
Третій (встановлення спроможності до застосування знань на практиці)	психологічна задача	6

6.4. **Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання.**

Семестровий контроль проводиться у вигляді письмового екзамену.

Таблиця 6.4.1

Критерії оцінювання відповіді студента на екзамені

Критерії оцінювання	Максимальна кількість балів
Повнота та правильність відповіді на перше теоретичне питання білету	15
Повнота та правильність відповіді на друге теоретичне питання білету	15
Правильність та аргументованість розв'язування психологічної задачі	10
Разом	40 балів

6.5. **Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю**

1. Визначте предмет, завдання, проблематику курсу «Психологія коучингу».
2. Схарактеризуйте види коучингу.
3. Здійсніть огляд історичних виток та еволюції коучингу.
4. Обґрунтуйте співвідношення коучингу і психологічного консультування.
5. Назвіть принципи коучингового процесу.
6. Обґрунтуйте співвідношення коучингу і психотерапії.
7. Означте етичні та юридичні норми діяльності коуча.
8. Проаналізуйте технологію логічних рівнів.
9. Дайте визначення кваліфікаційних вимог до коуча.
10. Обґрунтуйте співвідношення коучингу і наставництва.
11. Визначте ключові поняття коучингового процесу.
12. Дайте характеристику бізнес-коучингу.
13. Визначте структуру коучингової сесії.
14. Дайте характеристику лайф-коучингу.
15. Визначте основні елементи коучингу.
16. Означте як використовувати голос максимально ефективно(тон, функції).
17. Подайте модель коуч-сесії Мерилін Аткинсон.

18. Обґрунтуйте метод шкалювання як техніку мотивації у коучингу.
19. Назвіть основні 4 питання, що підтримують процес розвитку будь-якого проекту.
20. Обґрунтуйте принципи Мілтона Еріксона.
21. Визначте принципи коучингу в освіті.
22. Назвіть технології побудови ефективної комунікації у коучинговому процесі.
23. Проаналізуйте методика формулювання запитань у коучинговому процесі.
24. Схарактеризуйте техніку «Колесо коучингу».
25. Схарактеризуйте техніку «рівневого слухання» у коучинговій комунікації.
26. Обґрунтуйте основні проблеми в корпоративному коучингу.
27. Проаналізуйте етапи виникнення коучингу.
28. Дайте характеристику трансформаційній комунікації у коучингу.
29. Означте основні проблеми та шляхи вирішення в кар'єрному коучингу.
30. Обґрунтуйте особливості та функції коучингу в освіті.

6.6. Шкала відповідності оцінок

Рейтингова оцінка	Оцінка за 100-бальною шкалою	Значення оцінки
A	90-100 балів	Відмінно – відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з, можливими, незначними недоліками
B	82-89 балів	Дуже добре – достатньо високий рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок
C	75-81 балів	Добре – в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок
D	69-74 балів	Задовільно – посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
E	60-68 балів	Достатньо – мінімально можливий допустимий рівень знань (умінь)
FX	35-59 балів	Незадовільно з можливістю повторного складання – незадовільний рівень знань, з можливістю повторного перескладання за умови належного самостійного доопрацювання
F	1-34 балів	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням курсу – досить низький рівень знань (умінь), що вимагає повторного вивчення дисципліни

7. Навчально-методична картка дисципліни

Навчально-методична карта дисципліни «Технології коучингу» спеціальності 053 Психологія

Разом: 120 год., лекції – 10 год., семінарські заняття – 6 год., практичні заняття – 26 год., модульний контроль – 8 год., самостійна робота – 40 год.

Модулі	Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	Змістовий модуль 3	Змістовий модуль 4
Назва модуля	Концептуальні засади коучингу	Професія коуч	Психологічні особливості коучингової сесії	Практичний вектор коучингу
Кількість балів за модуль	76 балів	75 балів	75 балів	75 балів
Теми лекцій	1. Методологія коучингу – 1 бал. 2. Види коучингу – 1 бал.	3. Етичні стандарти та компетенції коуча – 1 бал.	4. Структура коучингової сесії – 1 бал.	5. Основні технології коучингу – 1 бал.
Кількість балів	2 бали	1 бал	1 бал	1 бал
Теми семінарських занять	1. Види коучингу – 11 балів.	2. Трансформаційна комунікація – 11 балів.		3. Особливості та інструменти коучингу – 11 балів.
Кількість балів	11 балів	11 балів		11 балів
Теми практичних занять	1. Декартові питання – 11 балів. 2. Ранкові та вечірні питання – 11 балів. 3. Сімокрокова стратегія самокоучингу (self-coaching) – 11 балів.	4. Методика проведення SWOT-аналізу – 11 балів. 5. Модель GROW у коучингу – 11 балів. 6. Постановка мети по SMART – 11 балів.	7. Фрірайтинг у коучингу – 11 балів. 8. «Ціннісний образ себе» – 11 балів. 9. Змініть рамку, або що таке рефреймінг – 11 балів. 10. Піраміда логічних рівнів – 11 балів.	11. Робота зі стресом – 11 балів 12. «Виллов гремлінів» – 11 балів. 13. Техніка модифікації досвіду – 11 балів.
Кількість балів	33 бали	33 бали	44 бали	33 бали
Самостійна робота	Опорно-логічна схема – 5 балів	Soft Skills, Hard Skills – 5 балів	Коуч-рецензія на фільм – 5 балів	Коуч-рецензія на книгу – 5 балів
Кількість балів	5 балів	5 балів	5 балів	5 балів
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів
Рейтингові бали	Загальна кількість балів – 301. Коефіцієнт для переведення у 60-бальну шкалу – 5			
Підсумковий контроль	Екзамен – 40 балів			

8. Рекомендовані джерела

Основна література:

2. Аткинсон М., Чойс Т. Рей. Покрокова система: Наука і мистецтво коучингу / Пер. с англ. – К.: Companion Group, 2010. 256с. – Режим доступу: <http://library.procoaching.com/rb/poshagovaya-sistema-kouchinga-merilin-atkinson.html#>.

3. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник. – Київ; Харків: ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с.: іл.

4. Зеленін В. В. Між травмою і величчю: трактат про селективну психодіагностику в коучингу. – К.: Гнозис, 2015. – 272 с.

5. Томашек Н. Системний коучинг. Цілеорієнтований підхід в консультуванні / Пер. с нім. – Х.: Гуманітарний центр, 2018. – 176 с.

Додаткові джерела:

1. Котовська І. Коучинг як новий метод управління персоналом [Електронний ресурс] Соціально-економічні проблеми і держава. — 2016. – Вип. 1 (14). – С. 178-184. – Режим доступу до журн.: <http://sepd.tntu.edu.ua/images/stories/pdf/2016/16kivhrm.pdf>.

2. Ключові компетенції ICF – Режим доступу: <http://assets/files/Klyuchevie-kompetencii-koucha.pdf>

3. Коучинг – інструмент особистого і професійного розвитку [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.lifecoach.com.ua/>

4. Коучинг та наставництво у підприємницькій діяльності / В. І. Павлов, О.Ю. Кушнірук [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://ena.lp.edu.ua:8080/bitstream/ntb/>