

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки**  
**Кафедра педагогічної та вікової психології**



Директор кафедри педагогічної та вікової психології  
проф. Гавриш О. В.

від 17. 10. 2018 р.

**ПРОГРАМА**  
**вибіркової навчальної дисципліни**

**ПСИХОЛОГІЯ КОУЧИНГУ**

**Підготовки Бакалавра**

**Галузь знань 0301 Соціально-політичні науки**

**Напрямок підготовки 6.030102 Психологія**

*(Програма навчальної дисципліни  
для денної форми навчання)*

**Програма навчальної дисципліни «Психологія коучингу»** підготовки бакалавра, галузі знань 0301 Соціально-поведінкові науки, напрям підготовки 6.030102 Психологія

**Розробник:** Кульчицька Анна Валеріївна - доцент педагогічної та вікової психології, кандидат психологічних наук, доцент

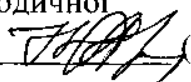
**Рецензент:** Федотова Тетяна Володимирівна – доцент кафедри загальної і соціальної психології та соціології, кандидат психологічних наук, доцент

**Програма навчальної дисципліни затверджена на засіданні кафедри педагогічної та вікової психології**

протокол № 2 від 5 вересня 2018р.

Завідувач кафедри:  (Гошовський Я.О.)

**Програма навчальної дисципліни схвалена науково-методичною комісією факультету психології та соціології**  
протокол №1 від вересня 2018 р.

Голова науково-методичної комісії факультету  (Іванашко О.Є.)

**Програма навчальної дисципліни схвалена науково-методичною радою Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки**

© Кульчицька А.В., 2018р.

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Характеристика навчальної дисципліни подається згідно з навчальним планом спеціальності і представляється у вигляді таблиці 1.

Таблиця 1

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки	Характеристика навчальної дисципліни
Денна форма навчання	0301 Соціально-політичні науки  6.030102 Психологія	Нормативна/Вибіркова
Кількість годин/кредитів 120/4		Рік навчання 4
		Семестр 7-ий __
		Лекції 12 год.
		Практичні (семінарські) 12 год. Лабораторні 12 год. Індивідуальні - 0 год.
ІНДЗ: немає		Самостійна робота 76 год.
		Консультації 8 год.
		Форма контролю: іспит

## 2. АНОТАЦІЯ КУРСУ:

Метою курсу є професійне висвітлення сутності й особливостей процесу коучингу, а також основних інструментів коучингу, які можуть бути застосовані у різних сферах життєдіяльності та спрямовані на розвиток особистості.

Навчальний курс спрямований на:

- 1) ознайомлення студентів з: історією виникнення коучингу, сутністю поняття «коуч» та «коучинг», основним принципам та завданням психології коучингу;
- 2) формування в студентів системи поглядів на основні вимоги до особистості коуча відповідно професійних стандартів, ключові компетенції коуча;
- 3) ознайомлення студентів з особливостями процесу коучингу, основними аспектами вивчення запиту, категорією потенційних клієнтів коуча, особливостями емоційної та мотиваційної складової під час коучингового процесу.

## 3. КОМПЕТЕНЦІЇ

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні знати:

- історією виникнення коучингу
- сутність поняття «коуч» та «коучинг»
- відмінність коучингу від інших видів допомоги особистості

- види та принципи коучингу
- вимоги до коуча відповідно до професійних стандартів
- ключові компетенції коуча

*вміти:*

- побудувати процес коучингу
- вивчати запит клієнтк
- виділяти категорію клієнтів коуча
- визначати ресурсний потенціал клієнта
- використовувати основні інструменти та допоміжні техніки коучингу

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 120годин / 4 кредитів ECTS.

#### 4. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Структура навчальної дисципліни представляється у вигляді таблиці 2.

*Таблиця 2*

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Лабор.	Сам. роб.	Конс.
<b>Змістовий модуль 1. Сутність коучингу</b>						
Тема 1. Поняття коучингу. Історія виникнення та розвитку коучінгу.	15	2	2	-	10	1
Тема 2. Види та принципи коучингу	15	2	2	-	10	1
Тема 3. Професійні стандарти коучингу	15	2	2	-	10	1
<b>Разом за модулем 1</b>	<b>45</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>3</b>
<b>Змістовий модуль 2. Коучинговий процес</b>						
Тема 4. Особливості коучингового процесу	27	2	2	12	10	1
Тема 5. Клієнти коуча	18	-	-	-	16	2
Тема 6. Спілкування в коучинговому процесі	15	2	2	-	10	1
Тема 7. Роль емоцій та мотивації в коучинговому процесі	15	2	2	-	10	1
<b>Разом за модулем 2</b>	<b>75</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>46</b>	<b>5</b>
<b>Всього годин:</b>	<b>120</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>76</b>	<b>8</b>

## 5. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ

### 5.1 Теми практичних занять

Таблиця 3

Назва теми. (для практичних)	К-ть год
Тема 1. Поняття коучингу. Історія виникнення та розвитку коучингу.	2
Тема 2. Види та принципи коучингу	2
Тема 3. Професійні стандарти коучингу	2
Тема 4. Особливості коучингового процесу	2
Тема 6. Спілкування в коучинговому процесі	2
Тема 7. Роль емоцій та мотивації в коучинговому процесі	2
<b>Разом</b>	<b>12</b>

### 5.2 Теми лабораторних занять

Таблиця 4

Тема: Особливості коучингового процесу	К-ть год
<b>Основні інструменти коучингу:</b>	
Лабораторне заняття 1. Техніка «Колесо балансу»	2
Лабораторне заняття 2. Модель GROW, Стратегія Уолта Діснея	2
Лабораторне заняття 3. Піраміда Роберта Ділса, Техніка шкалювання	2
<b>Допоміжні техніки в коучинговому процесі</b>	
Лабораторне заняття 4. Використання метафор, метафоричні асоціативні карти	2
Лабораторне заняття 5. Техніка «воронка запитань», техніка картезіанські запитання	2
Лабораторне заняття 6. Техніка SMART, модель SWOT	2
<b>Разом</b>	<b>12</b>

## 6. ВИДИ (ФОРМИ) ІНДИВІДУАЛЬНИХ НАУКОВО-ДОСЛІДНИХ ЗАВДАНЬ (ІНДЗ)

Індивідуальна робота – не передбачено

## 7. РОЗПОДІЛ БАЛІВ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Дисципліна складається з двох змістових модулів та її вивчення не передбачає виконання ІНДЗ (табл. 5). Підсумкова оцінка за 100-бальною шкалою складається із сумарної кількості балів за:

1. поточне оцінювання з відповідних тем (максимум 40 балів);
2. модульні контрольні роботи (максимум 60 балів).

Таблиця 5

Поточний контроль (мах = 40 балів)							Модульний контроль (мах = 60 балів)		Загальна кількість балів
Модуль 1							Модуль 2		
Змістовий модуль 1			Змістовий модуль 2				МКР 1	МКР 2	100
Т 1	Т 2	Т 3	Т 4	Т 5	Т 6	Т 7	30	30	
6	6	6	6	6	6	4			

## Шкала оцінювання

Таблиця 6

Оцінка в балах за всі види навчальної діяльності	Оцінка	
	для екзамену	для заліку
90 – 100	Відмінно	Зараховано
82 – 89	Дуже добре	
75 - 81	Добре	
67 -74	Задовільно	
60 - 66	Достатньо	
1 – 59	Незадовільно	Незараховано (з можливістю повторного складання)

## 8. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Верникова Н. Метафорические ассоциативные карты – универсальный инструмент для МАК симальных результатов . Практическая психология /Ника Верникова. – Винница : ЧП «ТД «Эдельвейс и К», 2014.– 124 с

2. Використання коучингу в системі вищої освіти України / О. О. Нежинська, В. М. Тименко //Вісник післядипломної освіти : зб. наук. праць Ун-ту менедж. освіти НАПН України ; редкол. : О. Л. Ануфрієва [та ін.] ; голов. ред. В. В. Олійник. – К. : АТОПОЛ ГРУП, 2015.– Вип. 15(28). – С. 236–245.

3. Дауни М. Эффективный коучинг: Уроки коуча коучей (Effective Coaching: Lessons from the Coaches' Coach)/ МайлзДауни ; пер.с англ. Е. Гладкова.– М. : Издательство «Добрая книга», 2013.– 288 с
4. Дилтс Р. Альфа-лидерство /Р. Дилтс, Э. Диринг, Дж Рассел. – СПб. : ЕВРОЗНАК, 2004.– 256 с
5. Дмитриева Е. Н. Возможности использования методов и приемов коучинга в профессионально -личностном становлении студентов /Е. Н. Дмитриева, Н. А. Тренькаева //Вестник ТГУ. Философия.Социология. Политология.– 2008.– №3(4). – С. 144-147.
6. Добротворский И. Л. Коучинг – личная тренировка: Помощь в решении самых запутанных проблем в управлении, бизнесе и карьере / И. Л. Добротворский ; 3-е изд., перераб. и доп. – М., 2006.– 34 с
7. Зеер Э. Ф. Профессиональное становление личности инженера-педагога /Э. Ф. Зеер.– Свердловск : Из-во Урал. ун-та, 1988. – 120 с
8. Коучинг [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D1%83%D1%87%D0%B8%D0%BD%D0%B325>.
9. Коучинг в обучении: практические методы и техники /Э. Парслоу, М. Рэй. – СПб. : Питер, 2003.– 204 с:
10. Коучинг – інструмент особистого і професійного розвитку [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.lifecoach.com.ua/27>.
11. Коучинг как средство управления [Электронный ресурс] – Режим доступа: [http://www.energonics.ru/coaching/articles1\\_icf.html](http://www.energonics.ru/coaching/articles1_icf.html).
12. Коучинг та наставництво у підприємницькій діяльності /
13. В. І. Павлов, О. Ю.Кушнірук [Електронний ресурс] – Режим доступу:[http://ena.lp.edu.ua:8080/bitstream/ntb/13919/1/41\\_276-280\\_Vis\\_727\\_Menegment.pdf](http://ena.lp.edu.ua:8080/bitstream/ntb/13919/1/41_276-280_Vis_727_Menegment.pdf)
14. Коучинг у діяльності практичного психолога системи освіти : спецкурс для слухачів очно-дистанційної форми навчання в системі післядипломної педагогічної освіти /
15. О. О. Нежинська, В. М. Тименко; НАПН України, ДВНЗ «Ун-т менедж. освіти».– К., 2015.– 44 с.
16. Коучинг як інструмент соціально-психологічної допомоги клієнту /О. О. Нежинська, В. М. Тименко //Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова.Серія11.Соціальна робота. Соціальна педагогіка.– Вип. 23: збірн. наук. праць.– К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017.–
17. С. 182–187.
18. Коучинг як технологія розвитку лідерства у сфері освіти / О. О. Нежинська, В. М. Тименко // Теоретичний та науково-методичний часопис «Вища освіта України» ; 2017, № 2 (додаток1) ; Тематичний випуск «Університет і лідерство».– К. : Інститут вищої освіти НАПН України, 2017.– С. 65–68.
19. Коучинг як технологія формування професійної компетентності освітянина /О. О. Нежинська, В. М. Тименко // Збірник тез доповідей Всеукраїнської науково
20. -практичної конференції «Сучасні
21. тенденції розвитку науки і освіти в умовах поглиблення
22. євроінтеграційних процесів» (м. Мукачево, 17-18 травня 2017р. ) / Ред. кол. : Т. Д. Щербан (гол. ред.) та ін. – Мукачево : Вид-во МДУ, 2017.– С. 194–196

23. Мильман В. Э. Мотивация творчества и роста: структура, диагностика, развитие /В. Э. Мильман. – М
24. . : Мирея и Ко, 2005.– 165 с.
25. Морозовская Е. Проективные карты в работе психолога: полное руководство /Е. Р. Морозовская.– Одесса, Институт Проективных карт, 2013.–116 с.
26. Ненашев Д. В. Коучинг как эффективная технология формирования эмоциональной компетентности будущих менеджеров : автореферат дис.... кандидата педагогических наук : 13.00.08 : Теория и
27. методика профессионального образования / Дмитрий Викторович Ненашев; [Место защиты: Вят. гос. гуманитар.ун-т].– Киров, 2009.– 20 с.
28. О'Ніл М. Б. Коучинг керівників: твердість і відкритість. Системний підхід у залученні керівників до вирішення їх проблем / М. Б. О'Ніл. – М. : Изд-во МАК. 2005.
29. Оуэн Х. Призвание – лидер : Полное руководство по эффективному лидерству /Х. Оуэн, В. Ходжсон, Н. Газзард. – Днепропетровск : Баланс Бизнес Букс, 2005.– 384 с.
30. Петровська І. Р. Підвищення ефективності управлінської діяльності керівника за допомогою коучингу /І. Р. Петр овська // [Електронний ресурс]. –Режим доступу: <http://www.lp.edu.ua/Institute/IGS/IPP/WebRC/issues/Pertovska.pdf>
31. Пинтосевич И. Действуй! 10 заповедей успеха /Ицхак Пинтосевич. М. : Эксмо. – 2012.–145 с.
32. Рейнолдс М. Коучинг: эмоциональная компетентность / Рейнольдс Марша ; пер. с англ. Центра поддержки корпоративного управления и бизнеса. – М. : Центр поддержки корпоративного управления и бизнеса, 2003
33. . – 112 с.
34. Романенко Н. В. Коучинг эмоциональной компетентности / Н. В. Романенко // «Управление персоналом – Украина», No4 (223). – 2012.– [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.mikim.com>
35. .ua/mediafolder/articles/68-kouching-emotsionalnoj-kompetentnosti
36. Рыбина О. С. Образовательный коучинг для личной эффективности и профессиональной компетентности студентов / О. С. Рыбина // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы международной научной конференции: [материалы междунар.науч.
37. конф.] / под общ. ред. Г. Д. Ахметовой. – Уфа: Лето, 2011.– С. 112-114.
38. Селье Г. Стресс без дистресса /Ганс Селье, Пер.с англ. – М. : Прогресс, 1982. – 126 с.
39. Семиченко В. А. Проблемы мотивации поведения и деятельности человека.Модульный курс психологии.
40. Модуль «Направленность».(Лекции, практические занятия, задания для самостоятельной работы) /В. А. Семиченко. – К. : Милленниум, 2004. – 521 с.
41. Уитворт Л. Коактивный коучинг /Л. Уитворт, Г. Кимси-Хаус, Ф. Сэндал. – Изд-во: Центр поддержки корпоративного управления и бизнеса, 2004.– 360 с.



## **9. ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДО ІСПИТУ**

1. Історія виникнення та розвитку коучингу.
2. Методологія коучингу.
3. Особливості коучингу у порівнянні з іншими видами надання допомоги особистості
4. Основні підходи до визначення поняття «коучинг»
5. Мета та принципи коучингу
6. Види коучингу
7. Особистість коуча.
8. Професійні стандарти Міжнародної Федерації Коучингу
9. Ключові компетенції коуча
10. Особливості коучингового процесу
11. Процедурні аспекти коучингового процесу
12. Техніки роботи в коучинговому процесі
13. Оцінка ефективності коучингу
14. Постановка запитань у коучинговому процесі
15. Основні помилки при постановці запитань
16. Клієнти коуча
17. Вивчення запиту та оцінка ресурсів клієнта в коучинговому процесі
18. Типи коучингових розмов
19. Поняття «зони комфорту»
20. Роль емоцій під час коучингового процесу
21. Мотивація до змін як основа коучингового процесу.
22. Техніка «Колесо балансу»
23. Модель GROW
24. Стратегія Уолта Діснея
25. Піраміда Роберта Ділса
26. Техніка шкалювання
27. Техніка «воронка запитань»
28. Техніка картезіанські запитання
29. Техніка SMART
30. Модель SWOT