



**Силабус навчальної дисципліни**  
**«Основи коучингу»**  
**Освітньо-професійної програми «Практична психологія»**  
**Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»**  
**Спеціальність: 053 «Психологія»**

<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший (бакалаврський)
<b>Статус дисципліни</b>	Навчальна дисципліна вибіркового компонента ОП
<b>Курс</b>	3 (третій)
<b>Семестр</b>	5 (п'ятий)
<b>Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС/години</b>	4 кредити /120 годин
<b>Мова викладання</b>	українська
<b>Що буде вивчатися (предмет вивчення)</b>	технологічні основи коучингу, основні моделі та техніки коучингу для вміння підбирати і будувати коуч-технологію роботи з проблемою в особистісних та професійних ситуаціях; для володіти моделями та техніками самокоучингу та коучингу для особистісного саморозвитку та професійного саморозвитку.
<b>Чому це цікаво/треба вивчати (мета)</b>	Курс спрямований на надання теоретичних знань про специфіку різноманітних коучингових інструментів та формування практичних знань про застосування коучингових технік в особистісному та професійному житті.
<b>Чому можна навчитися (результати навчання)</b>	<p>ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.</p> <p>ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.</p> <p>ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення, визначати шляхи їх розв'язання.</p> <p>ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.</p> <p>ПР14. Відповідально ставитися до професійного вдосконалення та саморозвитку.</p> <p>ПР17. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення).</p> <p>ПР21. Проводити роботу з кадровим складом в організаціях різного типу з метою відбору кадрів, управління їх мотивацією та створення соціально-психологічного клімату, що сприяє оптимізації процесу досягнення цілей організації, а також здійснення пошуку інноваційних технологій управління персоналом та здійснення психологічного контролінгу</p>
<b>Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)</b>	<p><b>ІК.</b> Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю невизначеністю умов.</p> <p><b>Загальні компетентності</b></p> <p>ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК4. Здатність бути критичними і самокритичними.</p> <p>ЗК7. Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p>ЗК11. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.</p> <p>ЗК13. Прагнення до особистісного саморозвитку, самореалізації та професійного самовдосконалення.</p> <p>ЗК15. Здатність здобувати додаткові компетентності через вибіркові складові освітньої програми.</p> <p>ЗК16. Здатність діяти в умовах невизначеності.</p>

	<p><b>Спеціальні компетентності</b></p> <p>ФК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.</p> <p>ФК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).</p> <p>ФК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну діяльність відповідно до запиту</p> <p>ФК17. Здатність до проведення роботи з кадровим складом організацій різного типу з метою відбору кадрів, мотивації діяльності та створення соціально-психологічного клімату, що сприяє оптимізації процесу досягнення цілей організації, пошуку інноваційних технологій управління персоналом та психологічного контролінгу.</p>
<p><b>Навчальна логістика</b></p>	<p><b>Зміст дисципліни:</b></p> <p><b>Теоретична база коучингу.</b> Історія коучингу. Джерела коучингу. Коучинг та психологія. Види коучингу. Сфери застосування коучингу. Коучинг у контексті настиних феноменів: менторство, наставництво, фасилітація.</p> <p><b>Основні поняття коучингу.</b> Мета та завдання коучингу. Філософія та принципи коучингу. Компетенції коуча. Коуч-позиція. Коучинговий процес. Коуч-сесія. Коучинговий контракт.</p> <p><b>Професійні стандарти коучингу.</b> Професійні стандарти Міжнародної федерації коучингу (ICF). Ключові компетенції коуча. Самокоучинг як технологія.</p> <p><b>Особистісні характеристики коуча.</b> Комплекс особистісних характеристики коуча. Роль психологічних знань про власну особистість та особистість коучі. Психодіагностичні підходи до вивчення особистісних характеристик. Ресурсний стан особистості</p> <p><b>Емоційний інтелект коуча.</b> Поняття про емоційний інтелект: визначення, моделі, складові. Перепони для розуміння емоцій: внутрішні та зовнішні. 5 рівнів прояву емоцій. Маркери, засоби, алгоритм розуміння емоцій іншого. Емпатійність особистості як феномен. Психодіагностичні підходи до вивчення емоційного інтелекту.</p> <p><b>Технологічні основи коучингу.</b> Коуч-сесія: алгоритм, організаційні моменти. Міні-опитувальники як інструмент коучингу. Коуч – навички. Навички встановлення контакту. Навички слухання: рівні, техніки.</p> <p><b>Інструменти коучингу.</b> Питання: критерії ефективності, основні види. Макромоделі, мікромоделі, техніки коучингу. МАК у коучингу. Метафори коучингу.</p> <p><b>Коуч-технологія постановки мети та планування</b> Макромодель GROW у коуч-сесії. Мікромоделі постановки мети: SMART, ОТ-аналіз. Техніки постановки мети: колесо балансу, шкалування. Модель планування у коучингу.</p> <p><b>Коуч-технологія діагностики та роботи з особистісними характеристиками.</b> Типологія особистості DISC у коучингу. Метод енеаграми. Модель зміни особистості. Техніка «Лінія часу». Техніка «шкалювання». Піраміда Ділтса.</p> <p><b>Коуч-технологія прийняття рішень.</b> Техніки прийняття рішень: «Квадрат декарта» та «Матриця Ейзенхауера». Техніки креативності у коучингу. Техніка Діснея.</p> <p><b>Кар’єрний коучинг.</b> Кар’єрний коучинг як вид коучингу. Основні завдання кар’єрного коучингу. Техніки особистісного коучингу у кар’єрному коучингу.</p> <p><b>Командний коучинг.</b> Контракт з командою на сесію. Завдання командного коучингу. Методи управління груповою динамікою. Інструменти командного коучингу.</p> <p><b>Трансформаційний коучинг: психологія зміни.</b> Ставлення до нового та змін як поняття. Формула змін. Техніки роботи з мотивацією. Усвідомленість як феномен. Техніка модифікації досвіду.</p> <p><b>Трансформаційний коучинг: робота зі смислами.</b> Коуч-</p>

	<p>технологія роботи зі смислами. Техніки роботи з обмежувачими установками. Особистісний план розвитку.</p> <p><b>Технологія підготовки коуча.</b> Передумови коучингу як професійної діяльності. Сертифікація коуча.</p> <p>Види занять: лекції, практичні заняття</p> <p>Методи навчання: семінар-дискусія, презентація, рольова гра, метод проблемних завдань, кейс-метод.</p> <p>Форми навчання: очна, заочна</p>
<b>Пререквізити</b>	Знання з загальної психології, практикуму з загальної психології, вікової психології, соціальної психології, психології праці.
<b>Пореквізити</b>	Знання можуть бути використані при написанні фахової кваліфікаційної роботи
<b>Інформаційне забезпечення з репозитарію та фонду НТБ НАУ</b>	<p><b>Навчальна та наукова література:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Брич, В. Я. Коучинг в системі управління людськими ресурсами: монографія / В. Я. Брич, М. Б. Нагара. – Тернопіль : ТНЕУ, 2019. – 188 с.</li> <li>2. Вітмор Дж. Ефективний коучинг: принципи і практика, 5-те видання. Київ. КМ-Букс, 2019. – 336 с.</li> <li>3. Костева Т. Б. Практикум коуч-діяльності. Методичні вказівки. – Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2019. – 40 с.</li> <li>4. Коучинг: технологія розкриття внутрішнього потенціалу дослідника : навчально-методичний посібник / [упоряд. О. В. Захарова]. – Черкаси: ЧДТУ, 2020. – 65 с.</li> <li>5. Нежинська О. О., Тименко В. М. Основи коучингу: навчальний посібник. - Київ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2019. – 222 с.</li> <li>6. Щьокіна Є.Ю. Кар'єрний коучинг у системі управління персоналом // Економічний форум.-2021.-№ 1(2).-С.117-121.</li> </ol>
<b>Локація та матеріально-технічне забезпечення</b>	Аудиторія теоретичного навчання
<b>Семестровий контроль, екзаменаційна методика</b>	Залік
<b>Кафедра</b>	Педагогіки та психології професійної освіти
<b>Факультет</b>	Лінгвістики та соціальних комунікацій
<b>Викладач(і)</b>	 <p><b>Вчене звання: доцент</b>  <b>Профіль Google Scholar:</b>  <a href="https://scholar.google.com/citations?hl=ru&amp;user=mEXCQwAAAAJ">https://scholar.google.com/citations?hl=ru&amp;user=mEXCQwAAAAJ</a>  <b>Профіль Scopus:</b> <a href="https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57224215061">https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57224215061</a>  <b>Профіль ORCID:</b> <a href="https://orcid.org/0000-0001-9289-3878">https://orcid.org/0000-0001-9289-3878</a>  <b>Тел.:</b> (044) 406-75-40  <b>E-mail:</b> olena.ichanska@npp.nau.edu.ua  <b>Робоче місце:</b> 8.706</p>
<b>Оригінальність навчальної дисципліни</b>	Авторський курс
<b>Лінк на дисципліну</b>	