Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Кафедра соціальної психології

 “**ЗАТВЕРДЖУЮ**”

 Проректор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

“\_\_\_\_”\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р.

## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«**ТЕХНОЛОГІЇ КОУЧИНГУ: ПРАКТИКУМ»**

**Галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки**

**Спеціальності 053 Психологія**

**факультет психології**

Івано-Франківськ – 2021 рік

### Робоча програма з «Технології коучингу: практикум» для студентів за спеціальністю «Психологія». « » \_\_\_\_\_\_, 2021 р. – 16 с.

Розробники: Федоришин Г.М., доцент кафедри соціальної психології, кандидат психологічних наук, доцент

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри соціальної психології

Протокол від «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 2021 р. №\_\_

Завідувач кафедри

соціальної психології Пілецька Л.С.

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021 р.

Схвалено науково-методичною радою факультету психології

Протокол від “\_\_” \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021 р. № \_\_

“\_\_\_”\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_ р.

Голова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Пілецька Л.С..)

Федоришин Г.М. 2021 рік

1. **Опис навчальної дисципліни**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування показників  | Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень | Характеристика навчальної дисципліни |
| **денна форма навчання** | **заочна форма навчання** |
| Кількість кредитів – 3,0 | Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки | Вибіркова |
|  |
| Модулів – 1 | Спеціальність 053 Психологія | **Рік підготовки:** |
| Змістових модулів – | \_\_2\_\_\_-й | \_\_2\_\_\_-й |
|  | **Семестр** |
| Загальна кількість годин - 90 | \_\_2\_\_-й | \_\_\_2\_\_-й |
| **Лекції** |
| Тижневих годин для денної форми навчання:аудиторних – 4самостійної роботи студента – 7 | Освітньо-кваліфікаційний рівень:магістр | \_12\_ год. | 4\_\_ год. |
| **Практичні, семінарські** |
| \_18\_ год. | \_6\_ год. |
| **Лабораторні** |
| \_0\_ год. | \_0\_ год. |
| **Самостійна робота** |
| \_60\_ год. | \_80\_ год. |
| **Індивідуальні завдання: \_\_** год. |
| Вид контролю: залік |

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

 для денної форми навчання – 35,6 % : 64,4 %

 для заочної форми навчання – 13,3 % : 86,7 %

#### Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета:** закріпити коучингові компетентності, уміння й навички застосування коучингових технологій в консультативній практиці, індивідуальній та груповій роботі психолога.

 **Завдання:**

* закріпити професійні компетенції коуча згідно Міжнародних стандартів коучингу ICF, розуміння відмінності коучингу від консультування, тренінгу й психотерапії
* навчитися вирішувати етичні дилеми в індивідуальній та груповій роботі, у трикутнику взаємин «замовник – коуч – клієнт»
* навчитися розробляти програми коучингових інтервенцій (індивідуальний, груповий, командний коучинг) й підбирати інструментарій відповідно до запиту клієнта

 У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен **здобути наступні загальні (ЗК) і спеціальні (СК) компетентності:**

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК8. Здатність розробляти та управляти проектами. ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

 **Програмні результати курсу:**

ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, консультування тощо) у сферах освіти, бізнесу, сім’ї, з питань особистісного та кар’єрного розвитку, гендерних аспектів у психології, провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПР6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми з психологічних та гендерних питань у різних сферах суспільного життя, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.

ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

ПР11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових, зокрема і гендерних, підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

**3. Програма навчальної дисципліни**

**Змістовий модуль 1.**

**Тема 1. Коучингові компетентності: коучингова присутність та коучингова ідентичність, постановка сильних запитань**

Критерії і маркери компетентностей. Практика аналізу демосесій.

**Тема 2. Етичні стандарти коуча. Коучингові компетентності: встановлення довірливих відносин та укладання контракту**

Аналіз етичних дилем у роботі коуча. Критерії і маркери компетентностей. Практика аналізу демосесій та встановлення контракту.

**Тема 3. Трансформаційний та life: типові запити та технології роботи**

Вступ у лайф коучинг. Визначення понять "дорослішання", "соціалізація", "трансформація", їх значущості у досягненні соціального успіху, самореалізації. Практика визначення тотожності внутрішніх умов розвитку та зовнішніх умов існування.

Неприйняття себе як основа нездатності безумовного позитивного світосприйняття. Співзалежність як дисфункціональна модель поведінки у відносинах. Практика гідності. Вправа "Аукціон". Вправа пошуку досконалості.

Структура потреб. Як відбувається підміна, зміна цінностей і як це впливає на сприйняття людиною себе. Практика створення ієрархії особистих цінностей та потреб у співвідношенні до того, чого ми прагнемо досягти та/або мати. Вправа на виявлення пригнічених цінностей та витіснених потреб.

Поняття та структура "Я-концепції" особистості: як бути у злагоді з собою. Трансформація причинно-наслідкових зв'язків та реконструювання переконань. Практика "внутрішня розмова".

Практика виявлення структур соціальних ролей, примирення конфліктуючих ролей. Співвідношення соціальної ролі та моделі соціальної поведінки. Соціальний контроль та соціальні санкції. Вправа на оцінку свого потенціалу та формування майбутніх подій. Вправи для розвитку творчого потенціалу.

Практика протистояння короткостроковим спокусам задля досягнення довгострокових цілей. Практика зміни пріоритетів та мотивації у часі. Управління емоціями та навички перенесення уваги.

**Тема 4. Методи і технології коучингу в організації**

Сучасне лідерство: коучинг — нова роль керівника та «проблематика» цієї ролі. Коучинг-технології для прояснення бачення, місії, ідентичності, організаційних цінностей, завдань, цілей, планів.

Важливість команди. Як здійснюється фасилітація команди. Як прискорити ухвалення ефективного командного рішення. 12 питань GallupInternational та їх використання для діагностики мотивації в команді.

Колесо цінностей як мотивуючий інструмент. Ключові цінності команди. Використання шкали, критеріїв у процесі подачі зворотного зв'язку. Парадокси зворотного зв'язку.

Мислення, спрямоване на досягнення успіху, та мислення, спрямоване на поразку.

**Тема 5.Типові запити та техніки бізнескоучингу**

Специфіка та особливості бізнес коучингу: запити, проблематика. Навіщо керівнику, бізнесмену чи підприємцю коучинг. Внутрішній і зовнішній коучинг.

#### 4.Структура навчальної дисципліни

|  |  |
| --- | --- |
| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин |
| денна форма | заочна форма |
| усього  | у тому числі | усього  | у тому числі |
| л | п | лаб | інд | с.р. | л | п | лаб | інд | с.р. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| **Модуль 1** |
| Тема 1.Коучингові компетентності: коучингова присутність та коучингова ідентичність, постановка сильних запитань | 12 | 2 | 4 |  |  | 6 | 21 | 1 |  |  |  | 20 |
| Тема 2. **Етичні стандарти коуча. Коучингові компетентності: встановлення довірливих відносин та укладання контракту** | 12 | 2 | 4 |  |  | 6 | 21 | 1 | 2 |  |  | 20 |
| Тема 3. **Трансформаційний та life: типові запити та технології роботи** | 20 | 4 | 4 |  |  | 12 | 23 | 1 | 2 |  |  | 20 |
| Тема 4. **Методи і технології коучингу в організації** | 14 | 2 | 4 |  |  | 8 | 12 |  | 2 |  |  | 10 |
| Тема 5. **Типові запити та техніки бізнескоучингу** | 12 | 2 | 2 |  |  | 8 | 11 | 1 |  |  |  | 10 |
| Усього годин  | 90 | 12 | 18 |  |  | 60 | 90 | 8 | 4 |  |  | 80 |
| **Модуль 2** |
| ІНДЗ |  |  | - | - |  | - |  |  | - | - | - |  |
| Усього годин |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**5. Теми семінарських занять**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №з/п | Назва теми (для стаціонару) | Кількістьгодин |
| 1 | Коучингові компетентності: коучингова присутність та коучингова ідентичність, постановка сильних запитань, активне слухання | 4 |
| 2 | Коучингові компетентності встановлення довірливих відносин та укладання контракту | 4 |
| 3 | Трансформаційний life коучинг: типові запити та технології роботи | 4 |
| 4. | Методи і технології проведення групового і командного коучингу. | 4 |
| 5. | Типові запити та техніки бізнескоучингу. Етичні ділеми | 2 |

**Теми семінарських занять**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №з/п | Назва теми (для заочного відділення)) | Кількістьгодин |
| 1 | Коучингові компетентності. Укладання контракту | 2 |
| 2 | Етичні ділеми в бізнескоучингу: вирішення та попередження  | 2 |

**6. Теми практичних занять**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №з/п | Назва теми | Кількістьгодин |
| 1 |  |  |
| 2 |  |  |
| ... |  |  |

**7. Теми лабораторних занять**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №з/п | Назва теми | Кількістьгодин |
| 1 |  |  |
| 2 |  |  |

**8. Самостійна робота**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №з/п | Назва теми (для стаціонару і для заочного відділення) | Кількістьгодин |
|  | Змістовий модуль 1.  |  |
| 1 | 1. **Тема 1-2.**

Провести 6 коучингових сесій в парах, з колегами по навчанню, (всього в парі 12 сесії) за алгоритмом Скарга-Запит-Контракт і шкалювання. Заповнити форму зворотного зв'язку. Оцінка «відмінно» ставиться у випадку виконання повного обсягу завдань та за умови заповнення форми зворотнього зв’язку. Оцінка «добре» ставиться у випадку, якщо здобувач виконав не менше 70 % обсягу поставленого завдання і спостерігаються незначні недоліки у заповненні форми. Оцінка «задовільно» ставиться у випадку виконання не менше 50% обсягу завдання і спостерігаються недоліку у веденні документації. Оцінка «незадовільно» ставиться, якщо здобувач не виконав необхідного мінімуму – 50% поставленого завдання. | 12 |
| 2 | **Тема 3.** Об'єднатися в тріади з одногрупниками. Вам необхідно провести по 4 коуч-сесій: - 4 раз в ролі коуча, - 4 раз в ролі клієнта клієнта - 4 раз в ролі ментора. Форму зворотнього зв'язку заповнює ментор. Оцінка «відмінно» ставиться у випадку виконання повного обсягу завдань та за умови заповнення форми зворотнього зв’язку. Оцінка «добре» ставиться у випадку, якщо здобувач виконав не менше 70 % обсягу поставленого завдання і спостерігаються незначні недоліки у заповненні форми. Оцінка «задовільно» ставиться у випадку виконання не менше 50% обсягу завдання і спостерігаються недоліку у веденні документації. Оцінка «незадовільно» ставиться, якщо здобувач не виконав необхідного мінімуму – 50% поставленого завдання. | 12 |
| 3 | **Тема 4-5.** Провести 12 годин сесій з зовнішніми клієнтами. Заповнити електронний журнал коуч-сесій. Клієнтам дати на заповнення оцінні форми зворотного зв'язку. В результаті має бути 12 годин сесій (3-5 клієнтів). У журналі повинні бути зазначені: дата проведення сесії, ПІБ клієнта, контактні дані клієнта, тривалість сесії і примітки. Оцінка «відмінно» ставиться у випадку виконання повного обсягу завдань та за умови заповнення журналу коуч-сесій. Оцінка «добре» ставиться у випадку, якщо здобувач виконав не менше 70 % обсягу поставленого завдання і спостерігаються незначні недоліки у заповненні журналу. Оцінка «задовільно» ставиться у випадку виконання не менше 50% обсягу завдання і спостерігаються недоліку у веденні документації. Оцінка «незадовільно» ставиться, якщо здобувач не виконав необхідного мінімуму – 50% поставленого завдання. | 16 |
|  | **Тематичні тести** | 20 |

**9. Індивідуальні завдання**

Навчальним планом індивідуальних завдань не передбачено.

**10. Методи навчання**

Лекційна форма проведення занять передбачає застосування такихметодів:

1. Пояснювально-ілюстративного.

2. Проблемного засвоєння матеріалу.

Семінарські та практичні форми занять передбачають застосування методів:

1. Частково-пошукового.

2. Дослідницького.

3. Інтерактивного у поєднанні з онлайн технологіями.

4. Демонстрації різноманітних інструментів коучингу (демосесії).

**11. Методи контролю**

1. Тестовий контроль по темам.

2. Усне опитування.

**Орієнтовний перелік питань до заліку з курсу « коучингу»**

1. Предмет, завдання, проблематика курсу.
2. Відмінність коучингу і психологічного консультування, тренінгу і психотерапії.
3. Етичні норми діяльності коуча. Етичні ділеми.
4. Кваліфікаційні вимоги до коуча.
5. Проблема оцінки ефективності коучингу.
6. Технології побудови ефективної комунікації у коучинговому процесі.
7. Методика формулювання запитань у коучинговому процесі.
8. Техніка «рівневого слухання» у коучинговій комунікації.
9. Техніки, спрямовані на вивчення ціннісно-смислової сфери.
10. Техніли виявлення обмежувальних суджень.
11. Мотиваційні технології в роботі коуча.
12. Моделі та техніки коучингу у бізнесі.
13. Командний коучинг.
14. Філософія й технології лайф-коучингу.

**12. Розподіл балів, які отримують студенти**

Оцінювання курсу відбувається за 100-бальною шкалою. З них:

1) 50 балів – тематичні тести (тести містять по 10 закритих питань; правильна відповідь на питання оцінюється в 1 бал;

2) 10 балів – відповіді на семінарських;

5) 40 балів – самостійна робота.

**Шкала оцінювання: національна та ECTS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Сума балів за всі види навчальної діяльності | ОцінкаECTS | Оцінка за національною шкалою |
| для екзамену, курсового проекту (роботи), практики | для заліку |
| 90 – 100 | **А** | відмінно  | зараховано |
| 80 – 89 | **В** | добре  |
| 70 – 79 | **С** |
| 60 – 69 | **D** | задовільно  |
| 50 – 59 | **Е**  |
| 26 – 49 | **FX** | незадовільно з можливістю повторного складання | не зараховано з можливістю повторного складання |
| 0-25 | **F** | незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни | не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни |

**13. Методичне забезпечення**

1. Робоча програма навчального курсу «Технології коучингу: практикум».

2. Опорні конспекти лекцій.

3. Мультимедійне забезпечення.

4. Електронні варіанти тестів для тматичного іпідсумкового контролю знань.

5. Силабус.

**14. Рекомендована література**

Базова

1. Аткинсон М., Чойс Т. Рэй. Пошаговая система: Наука и искусство коучинга/Пер. с англ. - К.: Companion Group, 2010. 256 с. Режим доступу: http://library.proc0aching.com/rb/poshagovaya-sistema-kouchinga-merilin-atkinson.html#.WeXdl4-0PIU

2. Дауни М. Эффективный коучинг: уроки коуча коучей. М.: Добрая книга. 288 с. Режим доступу: https://marketing.wikireading.ru/38200

3. Котовська І., Оксентюк Р., Вовк Ю. 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.

4. Ключевые компетенции icf для разных уровней сертификации коучей [електронний варіант]. – Режим доступу: http://54erfolg.ru/assets/files/Klyuchevie-kompetencii-koucha.pdf

6. Уитмор Дж. Коучинг высокой эффективности /Пер. с англ. М.: Международная академия корпоративного управления и бизнеса, 2005. 168 с.Режим доступу: <http://asbook.in.ua/wp-content/uploads/2017/03/Dzhon-Uitmor.Kouching.pdf>

7. Нежинська О. О., В. М. Тименко.Основи коучингу : навчальний посібник. Київ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. 220 с.

8. Федоришин Г.М. Психологія коучингу: навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ, 2018. 95 с.

9. Ястреб А. Настольная книга коуча. К.: Саммит-Книга, 2018. 96 с.

**Допоміжна**

1. Голви У. Т. Робота как внутренняя игра. Фокус, обучение, удово- льствие и мобильность на рабочем месте. М. : Альпина Бизнес Букс, 2005. С. 194. Режим доступу: <http://www.booksgid.com/business/481-rabota-kak-vnutrennjaja-igra.-fokus.html>
2. Смарт Дж. К. Коучинг/ Пер. с англ., под ред. О. Б. Бетиной. СПб.: Издательский Дом «Нева», 2004. 192 с.