

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



**ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ**

Кафедра соціальної психології

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**«ТЕХНОЛОГІЇ КОУЧИНГУ»**

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський)  
Освітня програма «Реабілітаційна психологія»  
Спеціальність 053 Психологія  
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Затверджено на засіданні кафедри  
соціальної психології:  
Протокол № 1 від 29.08.2021 р.

**м. Івано-Франківськ – 2021**  
**ЗМІСТ**

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Результати навчання
5. Організація на я курсу
6. Система оцінювання курсу
7. Політика курсу
8. Рекомендована література

<b>1. Загальна інформація</b>	
<b>Назва дисципліни</b>	Технології коучингу
<b>Освітньо-професійна програма</b>	Реабілітаційна психологія
<b>Спеціалізація</b>	–
<b>Спеціальність</b>	053 «Психологія»
<b>Галузь знань</b>	05 «Соціальні та поведінкові науки»
<b>Освітній рівень</b>	Бакалавр
<b>Статус дисципліни</b>	Вибіркова
<b>Курс/семестр</b>	4/1
<b>Розподіл за видами занять та годинами навчання</b>	Лекції – 12 год. Семінарські заняття – 18 год. Самостійна робота – 60 год.
<b>Мова викладання</b>	Українська
<b>Посилання на сайт дистанційного навчання</b>	<a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/index.php">https://d-learn.pnu.edu.ua/index.php</a>
<b>2. Опис дисципліни</b>	
<p>Основна сутність коучингу, як новітньої психотехнології - це розкриття потенціалу особистості для максимізації особистої продуктивності та ефективності в роботі. Коучинг, концентрується на змінах та трансформаціях людських здібностей вдосконалюватися. Відтак, основна ідея коучингу - допомогти особистості розвивати компетентності й усунути існуючі обмеження для досягнення значущих для неї цілей у професійній та особистій сферах життя.</p> <p><b>Мета</b> – оволодіння основними технологіями коучингу як інструменту професійної діяльності, формування навичок використання коучингових технологій у практичній діяльності психолога.</p> <p><b>Цілі:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-розкриття змісту основних коучингових технологій, як різновиду практики надання психологічних послуг;</li> <li>-формування практичних навичок та умінь, необхідних для використання технік коучингу у професійній діяльності психолога.</li> </ul> <p>У випадку успішного засвоєння даного курсу студенти повинні:</p> <p><b>Знати:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основні поняття і принципи, що лежать в основі коучингу;</li> <li>- етичні норми та стандарти коучингової діяльності;</li> <li>- різновиди коучингових технологій та їх терапевтично-психологічні можливості;</li> <li>- технологію та основні етапи коучингового процесу;</li> <li>- особливості використання коучингових технологій з різними типами клієнтів.</li> </ul> <p><b>вміти:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встановлювати контакт з клієнтом з позицій коуча;</li> <li>- аналізувати запит клієнта, формулювати цілі коуч-сесії;</li> <li>- визначати тип проблем і планувати напрямки роботи з проблемою;</li> <li>- вибирати адекватні запиту клієнта техніки і інструменти для посилення мотивації і планування діяльності клієнта щодо досягнення цілей;</li> <li>- вести коучингову сесію, сприяти вирішенню проблеми клієнта.</li> </ul> <p><b>володіти:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-системою науково-впорядкованих базових уявлень про основні сучасні техніки коучингу;</li> <li>-основними техніками та інструментами проведення індивідуальної коуч-сесії.</li> </ul> <p><b>Компетентності:</b></p> <p>ЗК1.Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК2.Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.</p> <p><b>Спеціальні компетентності (СК):</b></p> <p>СК8.Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).</p>	

СК10.Здатність дотримуватися норм професійної етики.

**Програмні результати навчання:**

ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технологій психологічної допомоги.

ПР11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.

ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

**3. Структура курсу**

№	Тема	Результати навчання	Завдання
1.	<b>Тема 1. Базові засади коучингу.</b>	Визначення коучингу. Актуальність коучингу у сучасних умовах. Основні положення коучингу. Філософія коучингу. Історія розвитку та еволюція коучингу. Класифікація коучингу. Види коучингу. Місце коучингу серед інших технологій: психоаналізу, гештальт-терапії, гуманістичної психології, нейролінгвістичного програмування, еріксоновського гіпнозу, позитивної психології, екзистенційного напряму, концепції емоційного інтелекту, когнітивної психології, тощо). Переваги та відмінності застосування коучингу від інших практик.	Питання, тести, практична робота
2.	<b>Тема 2. Основи коучингу.</b>	Місія коучингу. Задачі коучингу. Механізми коучингу. Етапи процесу коучингу. Основні принципи коучингу. Комунікація в коучингу. Слухання в коучингу. Відкриті і закриті питання. Ефективні питання. Базове рівняння коучингу. Формула Бекхарда. Зворотній зв'язок. Відносини у стилі коучингу. Типологія поведінки людей.	Питання, тести, практична робота
3.	<b>Тема 3. Компетенції та етичні норми коучингу.</b>	<b>Міжнародна коучингова федерація (International Coaching Federation, ICF). Місія та цінності ICF.</b> Професійні стандарти Міжнародної Федерації Коучингу (ICF). Ключові компетенції коуча. Етичний Кодекс коуча. Рівні сертифікації в ICF. Основні вимоги до особистості коуча у вимірі професійних стандартів ICF. Функції коуча.	Питання, тести, практична робота
4.	<b>Тема 4. Структура коучингу.</b>	Поняття коуч-сесії. Структура коуч-сесії. Техніки / моделі коучингу. Техніка 3Ц-2Р-ДР. Техніка GROW.	Питання, тести, практична робота
5.	<b>Тема 5. Ключові моделі коучингу.</b>	Матриця навичок коучингу. Модель То GROW+. Коучингове колесо. Шкалювання. Моделі постановки ефективних цілей. Концепція «3D коучинг». Модель Білла Барена.	Питання, тести, практична робота
6.	<b>Тема 6. Техніки досягнення результатів.</b>	Модель особистої ефективності GoMAD, Система буття Сократа. Інструмент вирішення задач «4 стадії проєкта». Модель	Питання, тести, практична робота

		вирішення проблемних ситуацій SOECR. Рамки сприйняття. Методи напрацювання ідей. Стратегія Уолта Діснея. Правило SCAMPER. Методи прийняття рішень. Метод «Порівняння пар». Метод «Система координат для вибору».	
7.	<b>Тема 7. Техніки глибинного коучингу.</b>	Образи. Метафора. Образне мислення. Алгоритм роботи з образами. Три кити роботи з образами. Техніка «Внутрішня Дитина». Техніка «Прощання».	Питання, тести, практична робота
8.	<b>Тема 8. Інструменти для ефективного старту.</b>	Показник готовності до коучингу. Питання для потенційного клієнта. Топ 5 заперечень клієнта. Лазерні запитання. Алгоритм першої коуч-сесії. Критерії оцінки коучингу. Результати ефективності коучингу.	Питання, тести, практична робота

#### 4. Система оцінювання курсу

Загальна система оцінювання курсу	<p>Структура розподілу балів у ході аудиторно-самостійної роботи студентів (вересень – грудень):</p> <p>1)присутність на лекційному та семінарському занятті – 1 бал;</p> <p>2)усні відповіді на семінарських заняттях з використанням візуалізованих презентацій, підготовка доповідей, есе, анотацій інструментів, схем, моделей, тощо – максимально 5 балів (обов'язковими є дві оцінки із дев'яти семінарських занять);</p> <p>3)одна контрольна робота (письмова форма/дистанційна із використанням комп'ютерних технологій) – максимально 5 балів.</p> <p>4)проведення коуч-сесії (із клієнтом) – максимально 20 балів (під час практичних занять, або представлення відеозапису).</p> <p>5)контроль за самостійною роботою – здійснюється як у формі комп'ютерного тестування в аудиторний та поза аудиторний час із наперед визначених робочою програмою тем, а також проведених коуч-сесій із відповідною відео фіксацією. Максимальна кількість балів – 50.</p> <p>Підсумковий контроль – залік</p> <p>Залік виставляється на останньому семінарському занятті як підсумок виконання визначених робочою програмою завдань.</p> <p>Мінімальна кількість балів – 50.</p> <p>Максимальна кількість балів – 100.</p>
Вимоги до письмової роботи	<p>Обов'язковим є написання однієї контрольної роботи. Результат роботи оцінюється максимально 5 балів.</p> <p>Контрольна робота – охоплює матеріал лекційних тем. Кількість запитань: 4. Запитання відкритого типу (без варіантів відповідей). Час виконання: 90 хв. (в межах семінарського заняття) / або у дистанційній формі із використанням тестових технологій (Структура тесту: Загальна кількість питань - 40; На одне поставлене питання є чотири варіанти відповідей, одна з яких правильна).</p> <p>Критерії оцінювання:</p> <p>Контрольна робота максимально оцінюється у 5 балів. При цьому, 5 балів виставляється, коли усі питання розкриті повністю, наведені конкретні приклади описаних понять та коучингових технік (моделей) з ґрунтовним аналізом їх характерних особливостей. 4 бали – питання розкриті не в повній мірі, з мінімальною кількістю прикладів та характерних особливостей, проте студент дав відповіді</p>

	на всі питання. 3 б. - студент не дав відповідь на два питання, проте дав часткові відповіді на решта питань 2 б. виставляється студенту, який не відповів на жодне питання контрольної роботи або не розкрив зміст жодного із питань.
Семінарські заняття	<p>Семінарські заняття покликані утвердити у студентів конкретні знання з навчальної дисципліни, формувати практичні навички застосування коучингових технологій в професійній діяльності психолога, займати чітку професійну та громадянську позицію. Робота на семінарських заняттях оцінюється за наступними критеріями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-присутність на занятті та підготовлений конспект згідно плану практичного заняття - 1 бал;</li> <li>-участь в опрацюванні практичних питань (доповнення, відповіді на запитання викладача, висловлювання своєї обґрунтованої точки зору під час обговорення проблемних питань, тощо) - 1 бал;</li> <li>-виступ із доповіддю на питання, яке визначене планом практичного завдання - 1 бал (за умови, що відповідь буде змістовною та відповідати плановому питанню);</li> <li>-якщо при виступі проявлена ґрунтовна підготовка, висловлюється власна точка зору щодо означеної проблеми, яка підкріплюється відповідною аргументацією, використовується попередньо розроблена презентація, подані правильні відповіді на уточнюючі запитання викладача та студентів - 2 бали.</li> </ul> <p>Таким чином участь в роботі практичних занять може забезпечити отримання максимально 5 балів за одне заняття.</p> <p>В межах 9 запланованих практичних занять є обов'язковими дві усні відповіді.</p>
Умови допуску до підсумкового контролю	<p>Належне виконання:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1)змісту питань планів семінарських занять. Для цього необхідно готувати конспекти семінарських занять. Вітається якісна підготовка візуалізованих презентацій для відповідей на семінарських заняттях, а також різноманітних есе, доповідей, повідомлень, тощо. Візуалізована презентація на питання практичного заняття не повинна перевищувати 20 слайдів. Однак слід пам'ятати, що презентація - тільки доповнює підготовлену основну відповідь студента.</li> <li>2)однієї контрольної роботи протягом семестру.</li> <li>3)проведення коуч-сесії з клієнтом (безпосередньо або з представленням відео фіксації)</li> </ol> <p>Виконання цих завдань передбачає якісну, системну, цілеспрямовану навчальну діяльність студента.</p> <p>Студент допускається до підсумкового контролю (залік) за умови виконання усіх запланованих видів робіт, відпрацювання усіх «заборгованостей» та набору 50 і більше балів (максимально – 100).</p>

#### Шкала оцінювання заліку

Університетська	Національна	Шкала ECTS
90 – 100	<b>Зараховано</b>	<b>A</b>
80 – 89		<b>B</b>
70 – 79		<b>C</b>
60 – 69		<b>D</b>
50 – 59		<b>E</b>
26 – 49	<b>Не зараховано</b>	<b>FX</b>

0-25	F
------	---

### 5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

Види навчальної роботи	Навчальні тижні																	Разом
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Лекції	1	1	1	1	1	1												6
Семінарські з-тя							1	1	1+5	1	1	1	1	1+5	1			19
Самостійна р-та																50		50
Контрольна робота												5						5
Коуч-сесія												20						20
Всього за тиждень	1	1	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	26	6	1	50		100

### 6. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення: мультимедіа

#### Основна

1. Нежинська О. О. Основи коучингу : навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. 220 с.
2. Костева Т. Б. Практикум коуч-діяльності. Методичні вказівки / Тетяна Богданівна Костева. – Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2019. – 40 с. – (Методична серія ; Вип. 276).
3. Федоришин Г. М. Психологія коучингу : навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ : Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника, 2018. – 88 с

#### Допоміжна

1. 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.
2. Горук Н. Коучинг як ефективна технологія формування самоосвітньої компетентності студентів / Н. Горук // Проблеми підготовки сучасного вчителя. - 2015. - Вип. 11(1). - С. 99-104. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/ppsv\\_2015\\_11%281%29\\_17](http://nbuv.gov.ua/UJRN/ppsv_2015_11%281%29_17)
3. Котовська І. Коучинг як новий метод управління персоналом [Електронний ресурс] / Ірина Котовська, Роман Оксентюк, Юрій Вовк // 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. Кравченко Ю.Є. Методологічні основи навчання коучінг-консультуванню у руслі positum-підходу // Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія / За ред. С.Д. Максименка, М.В. Папучі. – Київ-Ніжин: Видавництво НДУ; ДС «Міланік», 2007. – Том 10, вип.1. – С. 149-151.
5. Романова С.М. Коучинг як нова технологія в професійній освіті / С.М. Романова // Вісник Нац. авіац. ун-ту. Серія: Педагогіка. Психологія. – 2010. – Вип. 3. – С. 83-86.
6. Рудницьких О. В. Коучинг як інтерактивна технологія в освіті / О. В. Рудницьких // Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія : Педагогіка і психологія. - 2014. - № 2. - С. 173–176.
7. Хмельницька О.С. Коучинг як сучасна технологія підвищення ефективності навчального процесу / Хмельницька О.С. // «Young scientist». - № 6 (46). - june, 2017. – p.316-317. – Режим доступу: <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2017/6/71.pdf>

### 7. Контактна інформація

<b>Кафедра</b>	Соціальної психології вул.Шевченка, 57, ауд.505 <a href="https://ksp.pnu.edu.ua">https://ksp.pnu.edu.ua</a>
<b>Викладач Гостьові лектори</b>	проф. Гоян Ігор Миколайович
<b>Контактна інформація викладача</b>	ihor.hoian@pnu.edu.ua

<b>8. Політика навчальної дисципліни</b>	
<b>Академічна доброчесність</b>	Політика курсу «Технології коучингу» ґрунтується на принципах академічної доброчесності, що забезпечує її прозорість та законність діяльності і здійснюється на основі відповідних нормативних документів: «Положення про запобігання академічного плагіату», «Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності», «Кодекс честі ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Стефаніка».
<b>Пропуски занять</b>	Відпрацювання пропущених занять відбувається згідно графіку консультацій викладача з навчальної дисципліни, за винятком поважної причини у студента (документальне підтвердження).
<b>Виконання завдання пізніше встановленого терміну</b>	Студент виконує усі завдання, які зазначені у програмі (силабусі) вчасно. За умови відсутності студента на лекції чи семінарському занятті, отримання незадовільної оцінки на семінарських заняттях або ж неякісного виконання візуалізованої презентації визначений день для відпрацювання пропущених аудиторних занять, незадовільних оцінок та подачі для попереднього перегляду візуалізованих презентацій – четвер, 14.00 год. – 16.30 год. Якщо студент не ліквідував заборгованість за талоном №3 (при комісії) і не набрав мінімум 50 балів, йому буде запропоновано повторне вивчення даної навчальної дисципліни.
<b>Невідповідна поведінка під час заняття</b>	Вирішується згідно чинного законодавства України, Статуту університету. Під час дистанційного навчання у викладача є прохання щодо ввімкнення відеокамер під час онлайн-конференцій.
<b>Комунікація із викладачем</b>	Комунікація зі студентами у поза аудиторний час може здійснюватися із студентами через електронну пошту, соціальні мережі Viber чи Telegram.
<b>Додаткові бали</b>	За бажанням студента підвищити підсумкову оцінку пропонується виконання індивідуального завдання – письмова робота із попередньо узгоджених тем семінарських занять.

Викладач \_\_\_\_\_ Гоян І.М.