

**ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

К.П.Гавриловська, Ю.Ю.Дем'янчук

КОУЧИНГ У ПРОФЕСІЙНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

Методичні рекомендації для студентів

Житомир
Вид-во ЖДУ ім. І. Франка
2022

Рекомендовано до друку Вченою Радою Житомирського державного університету імені Івана Франка (протокол №10 від 24.06.2022 р.).

Рецензенти:

Щотка О.П. – кандидат психологічних наук, доцент та завідувач кафедри психології Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя.

Шепельова М.В. – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії психології творчості Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України.

Бутузова Л.П. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної, вікової та педагогічної психології Житомирського державного університету імені Івана Франка.

Г12 Гавриловська К.П., Дем'янчук Ю.Ю.

Коучинг у професійному консультуванні: Методичні рекомендації для студентів. – Житомир, Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2022. – 37 с.

Методичні рекомендації для студентів з курсу «Коучинг у професійному консультуванні» відповідають структурно-логічній схемі, яка передбачена освітньо-професійною програмою з напряму підготовки 053 «Психологія».

Методичні матеріали з дисципліни «Коучинг у професійному консультуванні» охоплюють всі змістові модулі, визначені освітньо-професійною програмою і складаються зі: пояснювальної записки, розподілу навчальних годин по модулям і видам робіт, основних тем лекційного курсу, матеріалів та рекомендацій до практичних занять та самостійної роботи студентів; завдань та вимоги до підсумкової модульної роботи і заліку, списку основної та додаткової літератури.

УДК 159.98:615.851

© К. П. Гавриловська, 2022

© Ю.Ю. Дем'янчук, 2022

© Житомирський державний університет імені Івана Франка, 2022

ЗМІСТ

Пояснювальна записка	4
Структура освітньої компоненти	5
Рекомендації до організації самостійної роботи	6
Модуль 1. Процесуальні характеристики коучингу	8
Лекційний курс	9
Практичний курс	15
Тема для самостійного опрацювання	32
Завдання до ПМР	33
Вимоги до заліку	34
Критерії оцінювання	36
Рекомендована література до курсу	38

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програму вивчення навчальної дисципліни вільного вибору студента “Коучинг у професійному консультуванні” складено відповідно до місця та значення дисципліни за структурно-логічною схемою, передбаченою освітньо-професійною програмою бакалавра з галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки, спеціальності 053 Психологія.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є можливості використання коучингу в професійному консультуванні.

Міждисциплінарні зв'язки: Курс “Коучинг у професійному консультуванні” є вибірковою дисципліною.

МЕТА І ЗАВДАННЯ КУРСУ, РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Мета: набуття майбутніми фахівцями знань щодо особливостей застосування коучингових технік у професійному консультуванні.

Основні завдання курсу:

- Надати здобувачам інформацію про сутність коучингу,
- Визначити основні принципи та сфери застосування коучингу.
- Ознайомити здобувачів із особливостями використання різних технік коучингу у професійному консультуванні.

Структура курсу “Коучинг у професійному консультуванні”:

Модуль 1. Процесуальні характеристики коучингу.

Результати навчання:

Здобувачі мають знати:

- особливості використання коучингу в психологічному консультуванні
- сутність феномену проактивності
- етапи коучингового процесу
- загальні засади професійного коучингу.

Здобувачі повинні вміти:

- вести первинний діалог з клієнтом, заключати контракт;
- використовувати техніки коучингу в процесі консультування;
- розробляти план дій спільно з клієнтом.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин, 3 кредити ЄКТС.

СТРУКТУРА ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

Назви змістових модулів і тем	денна форма/ заочна форма				
	Всього годин	кількість годин			
		лекції	практичні	лабораторні	Індивідуальна робота
Модуль 1. Процесуальні характеристики коучингу					
Тема 1. Основи коучингу	2/2	2/2			0
1.1. Професійний стандарт	2/2	2/2			0
1.2. Коучинг як вид психологічної допомоги	8/10		2/2		6/8
Тема 2. Процес коучингу	12/12	4/2	2/2		6/8
2.1. Цілепокладання в коучингу	8/10		2/2		6/8
2.2. Технологія коучингу	8/10		2/2		6/8
Тема 3. Освітній коучинг	2	2			0
3.1. Робота з внутрішніми обмеженнями	8/8		2		6/8
3.2. Надання зворотного зв'язку	10/8	2	2		6/8
Тема 4. Інструменти коучингу	2	2			0
4.1. Ресурсування клієнта	8/8		2		6/8
4.2. Ефективність коучингу	8/8		2		6/8
4.3. Саморефлексія в коучингу	8/8		2		6/8
4.4. Техніки комунікативної взаємодії	4/4				4/4
Разом за модулем 1	90/90	14/6	18/8		58/76
Усього годин	90/90	14/6	18/8		58/76

РЕКОМЕНДАЦІ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Самостійна робота є важливою складовою вивчення навчальної дисципліни і здійснюється за напрямками:

- опрацювання теоретичних питань до практичних занять;
- підготовка рефератів і тематичних повідомлень;
- виконання практичних/індивідуальних/професійно-орієнтованих завдань;
- підготовка до підсумкових модульних робіт та заліку.

Підготовка теоретичних питань до практичних занять передбачає опрацювання питань до теми практичного заняття. Визначені питання могли опрацьовуватися на лекційних заняттях, а також рекомендовані для самостійного опрацювання.

Алгоритм підготовки.

- Познайтеся з питаннями, що представлені у плані практичного заняття.
- Опрацюйте рекомендовану літературу.
- Складіть план відповіді на кожне питання (схеми, таблиці або графіки по прочитаному матеріалу).
- Визначте перелік проблемних питань і проконсультуйтеся з викладачем.

Підготовка рефератів та тематичних повідомлень передбачає роботу з систематизації та аналізу літератури з проблеми.

Алгоритм підготовки

- Ознайтеся з вимогами до реферату або тематичного повідомлення.
- Підберіть літературу у якій може розкриватися визначена проблема.
- Складіть план реферату або повідомлення.
- Систематизуйте опрацьований матеріал і дайте власний критичний аналіз опрацьованій проблемі відповідно до плану.
- Оформіть літературні джерела відповідно до діючих вимог.
- Оформіть реферат у друкованому вигляді відповідно до вимог (титульна сторінка з темою та інформацією про авторів; сторінка із змістом реферату/повідомлення; основний текст із посиланнями на роботи цитованих авторів; висновки; список використаної літератури).

Підготовка до виконання практичних/індивідуальних/професійно-орієнтованих завдань вимагає виконання практики за алгоритмом і оформлення результатів практично-орієнтованої роботи студентів у вигляді звіту.

Алгоритм підготовки

- Прочитайте вимоги до виконання практичних/індивідуальних/професійно-орієнтованих завдань.
- Виконайте усі передбачені пункти алгоритму практичного/індивідуального/професійно-орієнтованого завдання.
- Підготуйте звіт (ментальну карту) орієнтуючись на вимоги прописані у плані практичного заняття.

Підготовка до підсумкової модульної роботи (ПМР) та заліку забезпечує узагальнення та систематизацію знань з окремого модуля або дисципліни у цілому.

Алгоритм виконання

- Ознайтеся з переліком теоретичних питань та практично-орієнтованих завдань до ПМР або заліку.
- Підберіть літературу необхідну для підготовки, орієнтуючись на рекомендований список першоджерел.

- Прогляньте зміст кожного питання і переконайтесь про належне орієнтування у матеріалі.

Модуль 1 Процесуальні характеристики коучингу

Назви змістових модулів і тем	денна форма/ заочна форма					
	Всього годин	кількість годин				
		лекції	практичні	лабораторні	Індивідуальна робота	Самостійна робота
Модуль 1. Процесуальні характеристики коучингу						
Тема 1. Основи коучингу	2/2	2/2				0
1.1. Професійний стандарт	2/2	2/2				0
1.2. Коучинг як вид психологічної допомоги	8/10		2/2			6/8
Тема 2. Процес коучингу	12/12	4/2	2/2			6/8
2.1. Цілепокладання в коучингу	8/10		2/2			6/8
2.2. Технологія коучингу	8/10		2/2			6/8
Тема 3. Освітній коучинг	2	2				0
3.1. Робота з внутрішніми обмеженнями	8/8		2			6/8
3.2. Надання зворотного зв'язку	10/8	2	2			6/8
Тема 4. Інструменти коучингу	2	2				0
4.1. Ресурсування клієнта	8/8		2			6/8
4.2. Ефективність коучингу	8/8		2			6/8
4.3. Саморефлексія в коучингу	8/8		2			6/8
4.4. Техніки комунікативної взаємодії	4/4					4/4
Разом за модулем 1	90/90	14/6	18/8			58/76
Усього годин	90/90	14/6	18/8			58/76

Кількість оцінюваних занять у 1 модулі: 9 практичних занять.

Для зарахування 1 модуля студенти мають одержати не менше **9 оцінок** (поточні оцінки на 9-ти практичних заняттях) та одну оцінку за тему, винесену на самостійне опрацювання

Обов'язкові види робіт:

- опрацювати питання з плану практичного заняття;
- опрацювати основні поняття.

Види робіт на вибір:

- практичні завдання.

ЛЕКЦІЯ 1

Тема 1. ОСНОВИ КОУЧИНГУ

Мета: розглянути основні поняття коучингу як особливого напрямку консультативної роботи психолога; формувати у студентів установку на якісне вивчення матеріалу курсу, виховувати почуття відповідальності за рівень своєї фахової підготовки

Професійна спрямованість: уміння орієнтуватися у фундаментальних засадах та категоріях коучингу.

Основні поняття	<i>Коучинг, реактивність, проактивність, суб'єктність, воля, вибір, відповідальність, принцип позитивності, принцип активності та відповідальності за результат, принцип творчості, принцип усвідомлення особистих ресурсів, принцип віри у клієнта та його успіх. .</i>
------------------------	--

План:

1. Коучинг як особливий напрям консультативної роботи психолога
2. Реактивність та проактивність
3. Принципи коучингу

Література

Основна література

1. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр, 2008. 176 с.
3. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017
4. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

Контрольні питання і завдання:

1. Що таке коучинг?
2. Назвіть принципи коучингу.
3. У чому полягає відмінність між реактивністю і проактивністю?
4. Яким чином коучинг може бути корисним у процесі плекання своєї проактивності?
5. Для вирішення яких життєвих проблем може бути застосований коучинг?

ЛЕКЦІЯ 2

Тема 1.1. ПРОФЕСІЙНИЙ СТАНДАРТ КОУЧИНГУ

Мета: розглянути професійний стандарт коучингу як особливого напрямку консультативної роботи психолога, особливості професійної підготовки коуча

Професійна спрямованість: вміння орієнтуватися у фундаментальних засадах та категоріях коучингу.

Основні поняття	<i>Коучинг, Міжнародна Федерація Коучингу (INTERNATIONAL COACH FEDERATION – ICF), Кодекс Етики та професійні стандарти коучингу, професійні коучингові відносини, етичні стандарти ICF, професійна етика, конфлікт інтересів, професійне взаємодія з клієнтом, конфіденційність / збереження особистих даних, етична клятва INTERNATIONAL COACH FEDERATION, ключові компетенції коуча: Створення фундаменту (відповідність етичним нормам і професійним стандартам, укладання коучингової угоди), Спільне створення відносин (встановлення довіри та близькості з клієнтом, коучингова присутність), Ефективна комунікація (активне слухання, постановка «сильних» питань, пряма комунікація), Фасилітація навчання та результатів (стимулювання усвідомлення, проектування дій, планування та постановка цілей, управління прогресом і відповідальністю).</i>
------------------------	--

План:

1. Міжнародна федерація коучингу
2. Етичні стандарти ICF.
3. Професійні коучингові відносини.
4. Ключові компетенції коуча ICF

Література

Основна література

1. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр», 2008. 176 с.
3. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
4. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

Контрольні питання і завдання:

1. Що таке етичний стандарт коучинга?
2. Назвіть ключові компетенції коуча.
3. У чому полягає відмінність між етичними стандартами коуча і психолога?

ЛЕКЦІЯ 3-4

Тема 2. ПРОЦЕС КОУЧИНГУ

Мета: надати інформацію про процес коучингу, розкрити зміст основних елементів вступної сесії в коучингу, надати інформацію про робочий альянс в коучингу, формувати у студентів установку на якісне вивчення матеріалу курсу, виховувати почуття відповідальності за рівень своєї фахової підготовки.

Професійна спрямованість: уміння аналізувати процес коучингу.

Основні поняття	<i>Коучинг, коактивний коучинг, ядро коучингу, предмет роботи в коучингу, цілепокладання, медіатори досягнення мети, самореалізація, життєвий баланс, зосередженість на процесі, контексти коучингу (слухання, інтуїція, допитливість, діяльність та навчання, самоконтроль, слідування за клієнтом, робочий альянс, атмосфера в коучингу, конфіденційність, довіра, правдивість, вступна сесія (дозвіл, виявлення, проектування майбутнього, логістика, інструменти коуча, «гремліни»).</i>
------------------------	--

План:

1. Етапи коучингу
2. Укладання контракту.
3. Мистецтво ведення інтерв'ю
4. Встановлення контакту.
5. Дослідження проблем.
6. Прийоми активного слухання.

Література

Основна література

1. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр, 2008. 176 с.
3. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
4. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

Контрольні питання і завдання:

1. Що таке коактивний коучинг?
2. Назвіть етапи коучингу.
3. Яким чином відбувається укладання контракту між коучем і клієнтом?
4. Які основні проблемні моменти мають бути передбачені в коучинговому контракті?
5. Що таке цілепокладання в коучингу?
6. Назвіть основні прийоми активного слухання.
7. Яким чином відбувається встановлення контакту в процесі коучингу?

ЛЕКЦІЯ 5

Тема 3. ОСВІТНІЙ КОУЧИНГ

Мета: надати інформацію про процес коучингу, розкрити зміст основних елементів вступної сесії в коучингу, надати інформацію про робочий альянс в коучингу, формувати у студентів установку на якісне вивчення матеріалу курсу, виховувати почуття відповідальності за рівень своєї фахової підготовки.

Професійна спрямованість: уміння аналізувати процес коучингу.

Основні поняття	<i>Коучинг, освітній коучинг, ясність бачення навчання, якість зворотного зв'язку, фіксоване мислення, мислення зростання, процес коучингу, коуч-сесія, слухання, інтуїція, діяльність, управління собою, допитливість, баланс, самореалізація, трикутник стосунків у коучингу, принцип SMART, коуч, клієнт, атмосфера коучингу, конфіденційність, правдивість, довіра, елементи ввідної сесії, проектування майбутнього, ефект «Гремліна»..</i>
------------------------	--

План:

1. Ясність бачення навчання
2. Якість зворотного зв'язку.
3. Мислення зростання..

Література

Основна література

1. <https://www.coursera.org/learn/uchytelskyu-kouchynh>
2. Temple Teacher Residency Fall Practicum Handbook | College of Education | Temple University.
<https://education.temple.edu/sites/education/files/field/TTRFallPracticumHandbook-August2016-8.2.16.pdf>
3. MTSU Residency II Handbook College of Education Office of Professional Laboratory Experiences Revised: MIDDLE TENNESSEE STATE UNIVERSITY. 2014.
https://www.mtsu.edu/education/ncate/standard3/3.4.f.1_MTSU%20Residency%20II%20Handbook.pdf .

Додаткова література

1. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр», 2008. 176 с.
3. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
4. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

Контрольні питання і завдання:

1. Що таке освітній коучинг?
2. Назвіть основні прийоми забезпечення ясності бачення навчання.
3. Яким чином відбувається формування мислення зростання?
4. У чому полягає небезпека фіксованого мислення?
5. Як використовують «ефект сніговика» в коучингу?

ЛЕКЦІЯ 6

Тема 3.2. НАДАННЯ ЗВОРОТНОГО ЗВ'ЯЗКУ

Мета: познайомити студентів з особливостями роботи з клієнтами в ситуації підзвітності.

Професійна спрямованість: ознайомитися з правилами надання зворотного зв'язку

Основні поняття	<i>Коучинг, освітній коучинг, ясність бачення навчання, якість зворотного зв'язку, фіксоване мислення, мислення зростання, процес коучингу, коуч-сесія, зворотний зв'язок, підзвітність, «великий ключовий момент» у коучингу, пост-тренувальна сесія</i>
------------------------	---

План:

1. Класифікатор оцінювання.
2. Правила надання зворотного зв'язку.

Література

Основна література

1. Pendleton D, Scofield T, Tate P and Havelock P (1984) *The Consultation: an approach to learning and teaching*. Oxford University Press, Oxford.
2. Spencer J (2003) *BMJ ABC of Learning and Teaching in Medicine: learning and teaching in the clinical environment*. *British Medical Journal*. 326; 591–4 (accessed 23 July 2007).
3. Достижение целей: Пошаговая система / *Art & Science of Coaching. Step-by-Step Coaching*. Мэрилин Аткинсон / Marilyn Atkinson, Рэй Чойс / Rae Choïs, “Альпина Паблишер”, 2016.

Додаткова література

1. Нежинська О. О. *Основи коучингу: навчальний посібник* / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр», 2008. 176 с.
3. *Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback* – October 24, 2017.
4. *Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.*

Контрольні питання і завдання:

1. Що таке зворотний зв'язок?
2. Назвіть основні правила надання зворотного зв'язку.
3. Яким чином відбувається огляд упровадження зворотного зв'язку?
4. Що таке «класифікатор оцінювання»?
5. Як використовують «класифікатор оцінювання» в коучингу?

ЛЕКЦІЯ 7

Тема 4. ІНСТРУМЕНТИ КОУЧИНГУ

Мета: познайомити студентів з особливостями роботи з клієнтами в ситуації підзвітності.

Професійна спрямованість: ознайомитися з правилами надання зворотного зв'язку

Основні поняття	<i>Коучинг, процес коучингу, коуч-сесія, слухання, інтуїція, діяльність, управління собою, допитливість, баланс, самореалізація, трикутник стосунків у коучингу, конфіденційність, правдивість, довіра, ефективність комунікаційної стратегії, питання-криголами, сутнісні питання, техніка «сильних запитань», відкриті та закриті запитання, питання, які пропонують відповідь, пошук «ідеального питання», техніка «спостереження і питання», питання, які є складними для розуміння, питання-інтерпретація, риторичні питання, питання, що нашкодують на відповідь, рідкісне переривання клієнта, часте переривання клієнта, питання «чому?», техніки цілепокладання.</i>
------------------------	---

План:

1. Види запитань
2. «Сильні» запитання.
3. Помилки у постановці запитань.

Література

Основна література

1. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр, 2008. 176 с.
3. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
4. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

Контрольні питання і завдання:

1. Що таке «сильні» запитання?
2. Назвіть основні помилки у постановці запитань.
3. Як закриті питання замінити на відкриті?
4. У чому полягає ефективність комунікаційної стратегії?

ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №1

Тема 1.2. КОУЧИНГ ЯК ВИД ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

Мета: поглиблення знань про принципи та види коучингу.

Професійна спрямованість: уміння аналізувати роль та значення коучингу в психологічному консультуванні.

План заняття:

1. Поняття про коучинг.
2. Завдання та принципи коучингу.
3. Види коучингу.

Основні поняття	<i>Коучинг, принцип позитивності, принцип активності та відповідальності за результат, принцип творчості, принцип усвідомлення особистих ресурсів, принцип віри у клієнта та його успіх.</i>
------------------------	--

Практичні завдання:	
Вхідне опитування	Очікування від курсу
Реферат	Коучинг: українські реалії.
Ментальна карта	Коучинг. Види коучингу. Принципи коучингу.
Групова робота на занятті: https://www.mentimeter.com/ https://padlet.com/	Асоціативний експеримент «Коучинг» на ресурсі https://www.mentimeter.com/ . Підбір метафор до ситуацій: Вступ в новий період життя з великою кількістю неясностей; Грошові втрати в результаті помилки; Хаос на роботі; Відмова; Клієнт не може вибрати з двох однаково привабливих можливостей; Після довгого періоду бездіяльності сталося все відразу; Два нових романтичних знайомства; Перехід від невеликої кількості справ до їх надлишку – на ресурсі https://padlet.com/
Індивідуальне завдання	Оберіть і сформулюйте запит для роботи в коучингу

Завдання для самостійної роботи

▪ опрацювати питання	2 години / 3 години
▪ опрацювати основні поняття	1 година / 1 година
▪ виконати практичне завдання	3 години / 4 години

Оцінювання

▪ усна відповідь на питання або робота над практичним завданням	1 оцінка
---	----------

Література

Основна:

1. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр, 2008. 176 с.
3. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.

Контрольні питання і завдання:

1. Означте основні відмінності коучингу та консалтингу, психологічного консультування, психотерапії.
2. Розкрийте зміст основних принципів коучингу.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №2
Тема 2. ПРОЦЕС КОУЧИНГУ

Мета: надати інформацію про процес коучингу, розкрити зміст основних елементів вступної сесії в коучингу, надати інформацію про робочий альянс в коучингу, формувати у студентів установку на якісне вивчення матеріалу курсу, виховувати почуття відповідальності за рівень своєї фахової підготовки.

Професійна спрямованість: уміння аналізувати процес коучингу.

План заняття:

1. Процесуальні характеристики коучингу
2. Контракт у коучингу

Основні поняття	<i>Коактивний коучинг, ядро коучингу, предмет роботи в коучингу, самореалізація, життєвий баланс, зосередженість на процесі, контексти коучингу (слухання, інтуїція, допитливість, діяльність та навчання, самоконтроль, слідування за клієнтом, робочий альянс, атмосфера в коучингу, конфіденційність, довіра, правдивість, вступна сесія (дозвіл, виявлення, проектування майбутнього, логістика, інструменти коуча, «гремліни»).</i>
------------------------	--

Практичні завдання	
Реферат	Коучинг як процес
Ментальна карта	Контракт у коучингу
Групова робота	Мозковий штурм: Критерії для спостереження за клієнтом
Індивідуальне завдання	Моделювання першої зустрічі з клієнтом (Додаток 1а, Додаток 1б)

Завдання для самостійної роботи

▪ опрацювати питання	2 години / 3 години
▪ опрацювати основні поняття	1 година / 1 година
▪ виконати практичне завдання	3 години / 4 години

Оцінювання

▪ усна відповідь на питання або робота над практичним завданням	1 оцінка
---	----------

ДОДАТОК 1А

**Інструкція з проведення першої, ознайомчої сесії
при індивідуальній роботі з клієнтом**

(джерело: Кімсі-Хаус Г., Кімсі-Хаус К., Сандал Ф., Уїтворт Л. Коактивний коучинг: Перевірені принципи особистісного і професійного зростання)

1. Привітайтеся.
2. Поясніть, як буде проходити сьогоднішня сесія.
3. Поясніть, що таке коучинг.
4. Розкажіть про свою кваліфікацію (де здобували освіту, скільки років практикуєте), перерахуйте ті основи і позиції, з яких ви виходите в роботі.
5. Обговоріть питання конфіденційності та надійності.
6. Запитайте клієнта: «Можу я вважати вас своїм клієнтом?».
7. Уточніть форму альянсу в ваших відносинах коучингу, запитайте клієнта: «Як би ви хотіли, щоб у нас з вами відбувався коучинг?».
8. «Надайте силу» відносинам коучингу.
9. Уточніть і обговоріть цінності клієнта, поясніть, що таке «гремлін».
10. Призначте час трьох наступних зустрічей (дзвінків), відзначте їх в календарі.

11. Обговоріть, як будуть відбуватися наступні сесії, поясніть, що таке «життєві теми» і нагадайте клієнту про те, що в процесі коучингу можуть бути фази підйому і фази спаду.
12. Прочитайте і підпишіть «Договір (контракт/угоду) про відносини коучингу», відзначте, як вплинуть на ваші відносини коучингу запізнення, відпустки, пропущені зустрічі і дзвінки, а також інші пункти угоди.
13. Поясніть, як буде відбуватися оплата рахунків і повідомлення клієнта - в письмовій формі або по телефону. Поговоріть з клієнтом про поняття відповідальності і зобов'язань, про те, що таке «людяність», «навчання» і «час, який потрібен для змін».
14. Інше.
15. Подякуйте клієнту і висловіть свою готовність почати працювати з ним.

ДОДАТОК 1Б

КОНТРАКТ (УГОДА) НА ВСТАНОВЛЕННЯ ВІДНОСИН КОУЧИНГА

Ім'я клієнта _____

Ця угода між коучем _____ і вищезазначеним клієнтом вступає в силу _____ і триватиме протягом, як мінімум, трьох місяців.

Плата за першу зустріч _____, плата за перші три місяці _____ в місяць, вноситься на початку кожного місяця.

Послуги, які коуч зобов'язується надати клієнту: коучинг (очний або по телефону, форма встановлюється спільно з клієнтом). Коучинг не є психотерапією, консультуванням, може відноситися до певних конкретних індивідуальних проектів, досягнення успіху в бізнесі, чи загальних умов життя клієнта і його професійної самореалізації. Інші послуги коуча включають: уточнення цілей, «мозковий штурм», визначення планів дії, глибоке вивчення різних способів життєдіяльності, задавання уточнюючих питань, а також виявлення прохань, які надають клієнту сил.

По завершенні перших трьох місяців коучинг переходить на щомісячну основу. Клієнт і коуч домовляються за чотирнадцять днів попереджати один одного про своє рішення завершити відносини коучинга. Необхідно відзначити, що при розрахунку щомісячної плати за один місяць приймаються чотири тижні.

Коуч зобов'язується зберігати сувору конфіденційність щодо всієї інформації, яку надає клієнт. Протягом всіх робочих стосунків коуч буде залучений в безпосередні особисті розмови (бесіди) з клієнтом. Клієнт може покладатися на чесність коуча і відсутність у останнього сторонніх «намірів» при задаванні питань і виявленні прохань.

Клієнт розуміє, що сила і ефективність відносин коучингу можуть бути забезпечені тільки ним самим, з чим він і погоджується. Він погоджується дозволити відносинам коучингу бути ефективними. Якщо клієнт вважає, що коучинг не виконує свою функцію в його житті, він має право і можливість повідомити про це і домагатися якихось змін, щоб повернути ефективність відносин коучингу.

Наші підписи під цією угодою означають, що ми обидва повністю приймаємо інформацію, позначену вище, і погоджуємося з нею.

Клієнт _____ (дата) _____ (підпис)

Коуч _____ (дата) _____ (підпис)

Література

Основна:

1. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тищенко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр, 2008. 176 с.
3. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
4. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

Контрольні питання і завдання:

1. Дайте визначення поняття «коактивний коучинг».
2. Які основні елементи вступної сесії?
3. Охарактеризуйте контексти коучингу
4. Назвіть основні етапи коучингу

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №3

Тема 2.1. ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ В КОУЧИНГУ

Мета: опрацювати інформацію про цілепокладання у коучингу, розкрити критерії правильно сформульованої мети, надати інформацію про медіатори досягнення мети.

Професійна спрямованість: уміння аналізувати процес цілепокладання.

План заняття:

1. Поняття про мету.
2. Критерії правильно сформульованої мети.
3. Медіатори досягнення мети

Основні поняття	<i>мета, цілепокладання, цінність, ресурс, процес, результат, рівні управління в коучингу: оперативний, стратегічний, тактичний; системно-інтегративний коучинг, технологія ефективних досягнень, медіатори досягнення мети (несвідоме, архетипи, прототипи, імпринти, інтроєкти, субособистості, неусвідомлювані компетенції, автоматизми, потреби, мотиви, ієрархія потреб, над свідоме, передсвідоме, ціннісні уявлення, фокус усвідомлення), системні медіатори мети: «хочу», «можу», «треба», «вигідно»; ризик змін, досвід змін.</i>
------------------------	--

Практичні завдання	
Реферат	Цілепокладання в контексті прагнення до успіху.
Ментальна карта	Критерії правильно сформульованої мети. Медіатори досягнення мети.
Групова робота	Мозковий штурм «Як досягати мети легко?»
Індивідуальне завдання	Моделювання роботи з проблемою цілепокладання (Додаток 2)

Завдання для самостійної роботи

▪ опрацювати питання	2 години / 3 години
▪ опрацювати основні поняття	1 година / 1 година
▪ виконати практичне завдання	3 години / 4 години

Оцінювання

▪ усна відповідь на питання або робота над практичним завданням	1 оцінка
---	----------

ДОДАТОК 2.

Техніки для роботи з проблемою цілепокладання джерела:

1. Гавриловська К.П., Дем'янчук Ю.Ю. Застосування арт-коучингових технік у психотерапевтичній роботі з подолання ПТСР / К. Гавриловська, Ю. Дем'янчук // Пост-травматичний стресовий розлад: дорослі, діти та родини в ситуації війни – Міжнародне науково-практичне видання / заг. ред.: І. Маноха, Г. Собчук. – Том І. – Варшава - Київ: ПАН - Гнозис, 2017. – С. 7-20.

on-line version: http://eprints.zu.edu.ua/30405/1/73_PTSD_18.pdf

- Техніка «SMART»
- Техніка «GROW»
- Техніка «Колесо розвитку»

2. Гавриловська К.П., Дем'янчук Ю.Ю. Формування життєстійкості особистості: арт-коучинговий підхід. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту

психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том VI: Психологія обдарованості. Випуск 16. Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. С. 83-90.

on-line version: http://eprints.zu.edu.ua/30404/1/Havrylovska_Demianchuk_Hardiness.pdf

- Техніка «КАРТЕЗІАНСЬКИЙ КВАДРАТ»
- Техніка «ЯКБИ...»

Література

Основна література

1. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр», 2008. 176 с.
3. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
4. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

Контрольні питання і завдання:

1. Дайте визначення поняття «мета».
2. Охарактеризуйте медіатори досягнення мети

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №4
Тема 2.2. ТЕХНОЛОГІЯ КОУЧИНГУ

Мета: познайомити студентів з основними етапами коучингу.

Професійна спрямованість: уміння вибудовувати ефективну взаємодію коуч-клієнт.

План заняття:

1. Етапи та процес коучингової взаємодії.
2. Формування цілей коучингової взаємодії.
3. Побудова ефективного альянсу коуч-клієнт.

Основні поняття	<i>Процес коучингу, коуч-сесія, слухання, інтуїція, діяльність, управління собою, допитливість, баланс, самореалізація, трикутник стосунків у коучингу, принцип SMART, коуч, клієнт, атмосфера коучингу, конфіденційність, правдивість, довіра, елементи ввідної сесії, проектування майбутнього, ефект «Гремліна».</i>
------------------------	---

Практичні завдання (вибір за бажанням)	
Реферат	Формування цілей коучингової взаємодії.
Ментальна карта	Етапи коучингу.
Групова робота	Мозковий штурм: Побудова ефективного альянсу коуч-клієнт.
Індивідуальне завдання	Створення класифікатора оцінювання відповідно до запиту клієнта (Додаток 3)

Завдання для самостійної роботи

▪ опрацювати питання	2 години / 3 години
▪ опрацювати основні поняття	1 година / 1 година
▪ виконати практичне завдання	3 години / 4 години

Оцінювання

▪ усна відповідь на питання або робота над практичним завданням	1 оцінка
---	----------

ДОДАТОК 3.
Класифікатор оцінювання (кракен)

Мета	Бачення	План дій	Критерії звітності

Література

Основна література

1. <https://www.coursera.org/learn/uchytelskyy-kouchynh>
2. Temple Teacher Residency Fall Practicum Handbook | College of Education | Temple University. <https://education.temple.edu/sites/education/files/field/TTRFallPracticumHandbook-August2016-8.2.16.pdf>
3. MTSU Residency II Handbook College of Education Office of Professional Laboratory Experiences Revised: MIDDLE TENNESSEE STATE UNIVERSITY. 2014. https://www.mtsu.edu/education/ncate/standard3/3.4.f.1_MTSU%20Residency%20II%20Handbook.pdf

Додаткова література:

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

5. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр», 2008. 176 с.
6. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
7. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

Контрольні питання і завдання:

1. Розкрийте етапність коучингового процесу.
2. Визначте основні критерії перевірки істинності цілі.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №5

Тема 3.1. РОБОТА З ВНУТРІШНІМИ ОБМЕЖЕННЯМИ

Мета: познайомити студентів з особливостями роботи з обмежувачими переконаннями.

Професійна спрямованість: ознайомитися з технікою «Гремліни»

План заняття:

1. Поняття про страх і тривожність.
2. Класифікація страхів.

Основні поняття	<i>Страх, тривога, тривожність, внутрішні обмеження, 4 вершники, «гремліни».</i>
------------------------	--

Практичні завдання (вибір за бажанням)	
Реферат	Тривожність у процесі цілепокладання
Ментальна карта	Внутрішні обмеження у цілепокладанні.
Групова робота	Дискусія: Що нас обмежує у досягненні цілей?
	Робота з кейсами «4 вершники»
Індивідуальне завдання	Модельовання роботи з проблемою опору (Додаток 4)

Завдання для самостійної роботи

▪ опрацювати питання	2 години
▪ опрацювати основні поняття	1 година
▪ виконати практичне завдання	3 години

Оцінювання

▪ усна відповідь на питання або робота над практичним завданням	1 оцінка
---	----------

ДОДАТОК 4.

Техніки для роботи з проблемою опору в коучингу

джерела:

1. Гавриловська К.П., Дем'янчук Ю.Ю. Застосування арт-коучингових технік у психотерапевтичній роботі з подолання ПТСР / К. Гавриловська, Ю. Дем'янчук // Пост-травматичний стресовий розлад: дорослі, діти та родини в ситуації війни – Міжнародне науково-практичне видання / заг. ред.: І. Маноха, Г. Собчук. – Том І. – Варшава - Київ: ПАН - Гнозис, 2017. – С. 7-20.

on-line version: http://eprints.zu.edu.ua/30405/1/73_PTSD_18.pdf

- Техніка «Гремліни»

2. Гавриловська К.П., Дем'янчук Ю.Ю. Формування життестійкості особистості: арт-коучинговий підхід. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том VI: Психологія обдарованості. Випуск 16. Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. С. 83-90.

on-line version: http://eprints.zu.edu.ua/30404/1/Havrylovska_Demianchuk_Hardiness.pdf

- Техніка «СТРАХ ЯК ПЕРЕШКОДА»

Література

Основна література:

1. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр», 2008. 176 с.

3. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership
UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
4. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition:
3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №6

Тема 3.2. НАДАННЯ ЗВОРОТНОГО ЗВ'ЯЗКУ

Мета: познайомити студентів з особливостями роботи з клієнтами в ситуації підзвітності.

Професійна спрямованість: ознайомитися з правилами надання зворотного зв'язку

План заняття:

1. Поняття про зворотній зв'язок.
2. Правила надання зворотного зв'язку .

Основні поняття	<i>Зворотний зв'язок, підзвітність, великий ключовий момент</i>
------------------------	---

Практичні завдання (вибір за бажанням)	
Реферат	Зворотний зв'язок у коучингу
Ментальна карта	Правила надання зворотного зв'язку.
Групова робота	Дискусія: Що може ускладнювати стосунки підзвітності?
Індивідуальне завдання	Моделювання роботи з надання зворотного зв'язку (Додаток 5)

Завдання для самостійної роботи

<ul style="list-style-type: none"> ▪ опрацювати питання ▪ опрацювати основні поняття ▪ виконати практичне завдання 	2 години 1 година 3 години
---	----------------------------------

Оцінювання

<ul style="list-style-type: none"> ▪ усна відповідь на питання або робота над практичним завданням 	1 оцінка
---	----------

ДОДАТОК 5.

Форма для надання зворотного зв'язку (час вказано орієнтовно).

Ім'я клієнта:

Ім'я коуча:

День / Місяць / Рік:

Попередній Великий ключовий момент та Дії клієнта [що оцінюємо]:.....

Алгоритм роботи.

1.Огляд упровадження зворотного зв'язку (5 хвилин)

Що мало бути зроблено?

Рефлексія клієнта (Як Ви оцінюєте все, що було зроблено Вами з моменту попередньої зустрічі для реалізації мети?)

Об'єктивний аналіз результатів роботи (спостереження, відео – якщо є)

Бали за впровадження зворотного зв'язку

10	20	30	40
Великий ключовий момент виконано дуже мало або зовсім не виконано.	Великий ключовий момент виконано частково, але виконано непослідовно.	Великий ключовий момент виконано здебільшого правильно і / або здебільшого послідовно.	Великий ключовий момент виконано правильно і послідовно. Існують тільки незначні проблеми.

2.Позитивні моменти (2-3 хвилини)

Щира і виправдана похвала досягнень клієнта (у зв'язку з критеріями оцінювання).

3.Цільова навчальна область (5 хвилин)

Перешкоди: опис недостатньо добрих результатів роботи клієнта, конкретні приклади.
Порівняння з тим ідеальним спільним баченням, що прописано в «кракені».
Що треба зробити?

4.Новий Великий ключовий момент та Дії клієнта (7-8 хвилин)

Час, коли клієнт має зрозуміти свої проблеми.

Можна зберегти той самий ключовий момент і продовжити надавати зворотний зв'язок і практикувати дії клієнта в межах зони фокусування.

Або перейти до іншого ключового моменту, обрати нові дії і запланувати їх:

Протягом наступного тижня Ви робите так:.....

5. Підготовчі кроки (10 хвилин)

Підготовка до реалізації запланованого.

Можна почати практикувати те, що буде реалізовано. Моделювання ситуацій.

У період між теперішнім моментом і наступною сесією Вам потрібно:.....

6.Пост-тренувальна сесія (за бажанням).

Клієнт надсилає пост - сесійний електронний лист своєму коучу. В листі повторює свій Великий ключовий момент, пояснює, що буде робити і про що буде звітуватися на наступній сесії. Підтверджує, які кроки збирається зробити самостійно.

Це допомагає перевірити, наскільки добре клієнт зрозумів відгуки і рекомендації. І допомагає завантаженому клієнту пам'ятати отриману інформацію, що сприяє самодисципліні.

Література

Основна література:

1. Pendleton D, Scofield T, Tate P and Havelock P (1984) The Consultation: an approach to learning and teaching. Oxford University Press, Oxford.
2. Spencer J (2003) BMJ ABC of Learning and Teaching in Medicine: learning and teaching in the clinical environment. British Medical Journal. 326; 591–4 (accessed 23 July 2007).
3. Достижение целей: Пошаговая система / Art & Science of Coaching. Step-by-Step Coaching. Мэрилин Аткинсон / Marilyn Atkinson, Рэй Чойс / Rae Choic, “Альпина Паблишер”, 2016.

Додаткова література:

1. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тищенко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
2. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр», 2008. 176 с.
3. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
4. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №7
Тема 4.1. РЕСУРСУВАННЯ КЛІЄНТА

Мета: проаналізувати зовнішні та внутрішні ресурси у структурі цілепокладання.

Професійна спрямованість: уміння проводити психологічний аналіз актуальних суб'єктивних чинників досягнення/недосягнення мети.

План заняття:

1. Поняття про особистісні ресурси
2. Класифікація ресурсів

Основні поняття	<i>психологічні ресурси, ресурсний потенціал, емоційне вигорання, соціально-психологічний тренінг</i>
------------------------	---

Практичні завдання (вибір за бажанням)	
Реферат	Ресурси особистості
Ментальна карта	Види ресурсів
Групова робота	Як допомогти клієнту у процесі ресурсування?
Індивідуальне завдання	Моделювання роботи з проблемою психологічного ресурсування (Додаток 6)

Завдання для самостійної роботи

<ul style="list-style-type: none"> ▪ опрацювати питання ▪ опрацювати основні поняття ▪ виконати практичне завдання 	2 години 1 година 3 години
---	----------------------------------

Оцінювання

<ul style="list-style-type: none"> ▪ усна відповідь на питання або робота над практичним завданням 	1 оцінка
---	----------

ДОДАТОК 6.

Техніки для роботи з проблемою ресурсування

джерела:

Гавриловська К.П., Дем'янчук Ю.Ю. Сторітелінг як засіб розвитку психологічної пружності особистості. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том VI: Психологія обдарованості. Випуск 17. Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2020. 306 с. С.84-90.

<http://eprints.zu.edu.ua/32268/>

Техніка «ІСТОРІЯ В ШЕСТИ ЧАСТИНАХ»

Техніка «РЕСУРСИ В ІСТОРІЯХ»

Техніка «ПУНКТ ЗМІН»

Література

Основна література:

1. Гавриловська К.П. Модель BASIC Ph у роботі психолога. / Розвиток обдарованої особистості в освітньому просторі: ціннісний вимір: тези доповідей X наук.-практ. семінару., 23 квіт. 2020 р. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2020. 92 с. С. 14-15.

http://eprints.zu.edu.ua/31196/1/Havrylovska_BASIC%20Ph.pdf

2. Гавриловська К.П., Бодашевська Ю.С. Соціально-психологічний тренінг як засіб формування ресурсного потенціалу фахівців хелперських професій / Psychological resources of the individual under the conditions of modern challenges. Editors: Józef Kaczmarek, Hanna Varina. Monograph. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2020; ISBN 978-83-66567-06-1; pp.232, illus., tabs., bibls. P. 189-195. ISBN 978 – 83 – 66567 – 06 –

http://eprints.zu.edu.ua/31197/1/Наврыловска_Bodashevска.pdf

3. Дем'янчук Ю. Ю. Використання сторітелінгу (storytelling) у консультативній практиці / Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: еко-тренінг : тези доп. VI Всеукраїн. наук.-практ. конф., (8-9 квіт. 2021 р.) / [відп. ред. В. Л. Зливков, Н. А. Харченко, С. О. Лукомська]. - Умань; Київ, 2021. - С. 24-27.
<http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/724639>

Додаткова література:

1. Schaufeli, W.B., Leiter, M.P., Maslach, Ch. Burnout: 35 years of research and practice. Career Development International. 14(3). June, 2009. PP.204-220.
2. Ramsey R. D. How to stay fresh on the job. Supervision. 1999. V. 60. Issue 5.
3. Hobfoll S.E. Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. American Psychologist. 1989. № 44 (3). P. 513–524.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №8
Тема 4.2. **ЕФЕКТИВНІСТЬ КОУЧИНГУ**

Мета: допомогти студентам зрозуміти особливості ситуації завершення взаємодії в коучингу.

Професійна спрямованість: навчитися коректно завершувати взаємодію з клієнтом

План заняття:

1. Вимірювання ефективності коучингу
2. Методи оцінки ефективності коучингу

Основні поняття	<i>Знання, уміння, навички, особистісні якості, активне слухання, зворотній зв'язок, діалог, усвідомлення, відповідальність</i>
------------------------	---

Практичні завдання (вибір за бажанням)	
Реферат	Домашні завдання в коучингу
Ментальна карта	Критерії ефективності в коучингу
Групова робота	Дискусія: Як завершувати взаємодію з клієнтом?
Індивідуальне завдання	Моделювання роботи із завершення взаємодії (Додаток 7) Діалогічна презентація фрагменту консультативної бесіди

Завдання для самостійної роботи

<ul style="list-style-type: none"> ▪ опрацювати питання ▪ опрацювати основні поняття ▪ виконати практичне завдання 	2 години 1 година 3 години
---	----------------------------------

Оцінювання

<ul style="list-style-type: none"> ▪ усна відповідь на питання або робота над практичним завданням 	1 оцінка
---	----------

ДОДАТОК 7.

Завершальні питання (орієнтовно):

- Що далі?
- Яку територію Вам вдалося освоїти?
- Як далеко Вам вдалося пройти?
- Які скарби Ви візьмете з собою?
- Ким Вам вдалося стати? Що Вам вдалося побудувати?
- На яку висоту Вам вдалося піднятися? З якої точки Ви тепер дивіться на своє життя?
- Що Вам довелося втратити, щоб піднятися сюди?
- Що Ви дізналися про самого себе?
- Що Вам потрібно для того, щоб підтримувати цей рівень?
- Що підтримує в Вас прагнення рухатися далі?
- Що дозволить Вам дотримуватися обраного шляху?
- Що значить - «бути наповненим любов'ю і добротою»?
- Що значить - «любити»?
- Які цінності вимагають Вашої постійної уваги?
- Що Ви хочете «відпустити»?
- Який буде Ваш дар людству і світу в цілому?
- Ким Вам довелося стати, щоб дістатися до цього місця в Вашому житті?
- Як Ви дізнаєтеся, в який момент і у кого можна попросити підтримки?
- Що б Ви хотіли зробити для визнання своїх заслуг?

Література

Основна література

5. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тищенко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
6. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр», 2008. 176 с.
7. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
8. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №9

Тема 4.3. САМОРЕФЛЕКСІЯ В КОУЧИНГУ

Мета: допомогти студентам зрозуміти свої сильні та слабкі сторони в коучингу.

Професійна спрямованість: саморефлексія, підведення підсумків роботи протягом семестру

План заняття:

Презентація та захист завершеної роботи

Практичні завдання	
Вихідне опитування	Враження та пропозиції з покращення курсу
Реферат	Саморефлексія в коучингу.
Групова робота	Презентація результатів дослідження
Індивідуальна робота	Саморефлексія та програма саморозвитку

Завдання для самостійної роботи

- | | |
|-------------------------------|----------|
| ▪ опрацювати питання | 2 години |
| ▪ опрацювати основні поняття | 1 година |
| ▪ виконати практичне завдання | 3 години |

Оцінювання

- | | |
|---|----------|
| ▪ усна відповідь на питання або робота над практичним завданням | 1 оцінка |
|---|----------|

Література

Основна література:

1. Професійно-орієнтовані завдання з психології / За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 3-тє вид., перероб. і доп. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2010. – 566 с. (з грифом МОН України) <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/1283>

Додаткова література:

2. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
3. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр», 2008. 176 с.
4. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
5. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

Тема 4.4. ТЕХНІКИ КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

Мета: проаналізувати основні техніки ведення інтерв'ю в арт-коучинговій взаємодії .

Професійна спрямованість: уміння застосовувати техніки ведення інтерв'ю в арт-коучинговій взаємодії.

План:

- 1.Техніки прояснення інформації (рефлексивне слухання, заохочення мовлення)
- 2.Мікронавички з'ясування та уточнення інформації.
- 3.Техніка запитань.
- 4.Категорії запитань.
- 5.Основні типи запитальних засобів.

Завдання для самостійної роботи

▪ опрацювати питання	4 години / 4 години
----------------------	---------------------

Оцінювання

▪ усна відповідь на питання або тестування	1 оцінка
--	----------

Література

Основна література:

1. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування. К., 2016.

Додаткова література:

2. Нежинська О. О. Основи коучингу: навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
3. Томашек Н. «Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании» / Пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный центр, 2008. 176 с.
4. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.
5. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.

ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ 1

Умовою допуску до ПМР є виконання всіх обов'язкових видів робіт, передбачених програмою курсу.

I. Тестові завдання (максимальна кількість балів – 20).

II. Теоретичні завдання (оцінюються від 0 до 30 балів). Максимальна кількість балів – 30.

1. Коучинг як особливий напрям консультативної роботи психолога
2. Принципи коучингу.
3. Міжнародна федерація коучингу. Етичні стандарти ICF.
4. Ключові компетенції коуча ICF.
5. Види коучингу
6. Етапи коучингу
7. Мистецтво ведення інтерв'ю
8. Прийоми активного слухання.
9. Процесуальні характеристики коучингу
10. Поняття про мету. Критерії правильно сформульованої мети.
11. Медіатори досягнення мети
12. Формування цілей коучингової взаємодії.
13. Побудова ефективного альянсу коуч-клієнт
14. Мислення зростання.
15. Правила надання зворотного зв'язку .
16. Поняття про особистісні ресурси. Класифікація ресурсів
17. Види запитань. «Сильні» запитання.
18. Помилки у постановці запитань.
19. Вимірювання ефективності коучингу
20. Методи оцінки ефективності коучингу

III. Професійно-орієнтовані завдання (оцінюються від 0 до 50 балів та виконується протягом вивчення навчальної дисципліни). Максимальна кількість балів – 50.

Виконане ПОЗ має містити такі компоненти:

1. Запит для роботи в коучингу (обраний/сформульований/змодельований)
2. Звіт щодо першої розмови з клієнтом (стенограма/моделювання)
3. Звіт щодо роботи з проблемою цілепокладання (одна з технік, на вибір)
4. Класифікатор оцінювання відповідно до запиту клієнта
5. Звіт щодо роботи з проблемою опору (одна з технік, на вибір)
6. Звіт щодо роботи з надання зворотного зв'язку
7. Звіт щодо роботи з проблеми психологічного ресурсування (одна з технік, на вибір)
8. Звіт щодо роботи із завершення взаємодії (стенограма/моделювання)
9. Саморефлексія та програма саморозвитку.

ВИМОГИ ДО ЗАЛІКУ

Умови допуску до заліку

- Здано теми для самостійного опрацювання (викладачу на індивідуальній консультації)
- Виконано професійно-орієнтовані завдання.
- Є оцінки на рівні 61-100 балів за кожне заняття.

Структура залікового білета

Заліковий білет включає **три види** завдань.

I. Тестове завдання (максимальна кількість балів - 20).

II. Теоретичне питання (максимальна кількість балів - 30).

Теоретичні питання

1. Коучинг як особливий напрям консультативної роботи психолога
2. Принципи коучингу.
3. Міжнародна федерація коучингу. Етичні стандарти ICF.
4. Ключові компетенції коуча ICF.
5. Види коучингу
6. Етапи коучингу
7. Мистецтво ведення інтерв'ю
8. Прийоми активного слухання.
9. Процесуальні характеристики коучингу
10. Поняття про мету. Критерії правильно сформульованої мети.
11. Медіатори досягнення мети
12. Формування цілей коучингової взаємодії.
13. Побудова ефективного альянсу коуч-клієнт
14. Мислення зростання.
15. Правила надання зворотного зв'язку .
16. Поняття про особистісні ресурси. Класифікація ресурсів
17. Види запитань. «Сильні» запитання.
18. Помилки у постановці запитань.
19. Вимірювання ефективності коучингу
20. Методи оцінки ефективності коучингу

III. Професійно-орієнтоване завдання (виконується протягом вивчення навчальної дисципліни). Максимальна кількість балів – 50.

Виконане ПОЗ має містити такі компоненти:

1. Запит для роботи в коучингу (обраний/сформульований/змодельований)
2. Звіт щодо першої розмови з клієнтом (стенограма/моделювання)
3. Звіт щодо роботи з проблемою цілепокладання (одна з технік, на вибір)
4. Класифікатор оцінювання відповідно до запиту клієнта
5. Звіт щодо роботи з проблемою опору (одна з технік, на вибір)
6. Звіт щодо роботи з надання зворотного зв'язку
7. Звіт щодо роботи з проблеми психологічного ресурсування (одна з технік, на вибір)
8. Звіт щодо роботи із завершення взаємодії (стенограма/моделювання)
9. Саморефлексія та програма саморозвитку

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПМР ТА ЗАЛІКОВОЇ РОБОТИ

ОЦІНКА	ВИМОГИ ДО ЗНАНЬ УМІНЬ ТА НАВИЧОК СТУДЕНТІВ
Тестові завдання (max – 20 балів)	
5 балів	Правильна відповідь на кожне тестове завдання
0 балів	Неправильна відповідь на тестове завдання
Теоретичне завдання (max – 30 балів)	
0-5 балів	Структурованість відповіді, наявність внутрішньої логіки у викладі матеріалу
0-10 балів	Повні та вичерпні визначення основних понять
0-5 балів	Опора на першоджерела, цитування основних ідей
0-10 балів	Повнота відповіді, аналіз усіх аспектів проблеми
Професійно-орієнтоване завдання (max – 50 балів)	
0-10 балів	Звіт за результатами дослідження повний, структурований, виконаний з дотриманням вимог до структури, оформлення
0-10 балів	Усі структурно-методологічні елементи роботи сформульовані правильно та вичерпно
0-10 балів	Подано детальний опис методів та процедури дослідження, хід аналізу отриманих результатів, їх ґрунтовна інтерпретація
0-10 балів	Висновки відображують основні результати дослідження, сформульовані чітко та вичерпно
0-10 балів	Текст написаний грамотно з дотриманням усіх вимог наукового стилю сучасної української мови

УМОВИ ВІДПРАЦЮВАННЯ ПРОПУЩЕНИХ ЗАНЯТЬ

Відпрацювання всіх пропущених занять і ТСО є умовою допуску до заліку.

Заняття і ТСО мають бути відпрацьовані заздалегідь, у день заліку відпрацьовувати пропущені заняття не можна.

Способи відпрацювання **занять і ТСО** (один варіант на Ваш вибір):

1. Розробити презентацію на 15-20 слайдів з теми пропущеного заняття; додати до презентації окремим файлом супровідний текст зі списком літератури.
2. На основі опрацьованого матеріалу теми пропущеного заняття сформулювати 20 тестових питань різних видів (тести на встановлення відповідності (4 шт.), на виключення зайвого (4 шт.), на визначення понять (4 шт.), на встановлення аналогії (4 шт.), а також питання з відкритою відповіддю (4 шт.)).
3. Виконати індивідуальне завдання в гугл-класі (<https://classroom.google.com/c/MzE1MDg5Mzc1MDU0?cjc=aepeoct>).
4. Можливості для неформальної освіти: отримання сертифікату за курс «Учительський коучинг: сприяння розвитку сталих змін» <https://www.coursera.org/learn/uchytelskyy-kouchynh> дає право на зарахування 8 академічних годин (4 практичних занять).

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ДО КУРСУ

Основна література

1. Гавриловська К.П. Модель BASIC Ph у роботі психолога. / Розвиток обдарованої особистості в освітньому просторі: ціннісний вимір: тези доповідей X наук.-практ. семінару., 23 квіт. 2020 р. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2020. 92 с. С. 14-15.
2. Гавриловська К.П., Бодашевська Ю.С. Соціально-психологічний тренінг як засіб формування ресурсного потенціалу фахівців хелперських професій / Psychological resources of the individual under the conditions of modern challenges. Editors: Józef Kaczmarek, Hanna Varina. Monograph. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2020; ISBN 978-83-66567-06-1; pp.232, illus., tabs., bibls. P. 189-195. ISBN 978 – 83 – 66567 – 06 – 1
3. Гавриловська К.П., Дем'янчук Ю.Ю. Застосування арт-коучингових технік у психотерапевтичній роботі з подолання ПТСР / К. Гавриловська, Ю. Дем'янчук // Пост-травматичний стресовий розлад: дорослі, діти та родини в ситуації війни – Міжнародне науково-практичне видання / заг. ред.: І. Маноха, Г. Собчук. – Том І. – Варшава - Київ: ПАН - Гнозис, 2017. – С. 7-20.
4. Гавриловська К.П., Дем'янчук Ю.Ю. Формування життєстійкості особистості: арт-коучинговий підхід. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том VI: Психологія обдарованості. Випуск 16. Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. С. 83-90.
5. Гавриловська К.П., Дем'янчук Ю.Ю. Сторітелінг як засіб розвитку психологічної пружності особистості. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том VI: Психологія обдарованості. Випуск 17. Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2020. 306 с. С.84-90.
6. Дем'янчук Ю. Ю. Використання сторітелінгу (storytelling) у консультативній практиці / Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: еко-тренінг : тези доп. VI Всеукраїн. наук.-практ. конф., (8-9 квіт. 2021 р.) / [відп. ред. В. Л. Злишков, Н. А. Харченко, С. О. Лукомська]. - Умань; Київ, 2021. - С. 24-27.
7. Нежинська О. О. Основи коучингу : навчальний посібник / О. О. Нежинська, В. М. Тименко. – Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. – 220 с..
8. Coaching for Performance Fifth Edition: The Principles and Practice of Coaching and Leadership UPDATED 25TH ANNIVERSARY EDITION Paperback – October 24, 2017.

Додаткова література

9. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: підруч./ С.В.Васьківська. – 2-ге вид. - К.: Ніка-Центр, 2011. – 424 с.
10. Професійно-орієнтовані завдання з психології / За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 3-тє вид., перероб. і доп. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2010. – 566 с.
11. Томашек Нино. Системный коучинг. Целеориентированный подход в консультировании / Пер. с нем. - Х.: Изд-во. Гуманитарный Центр, 2008. - 176 с
12. Effective coaching : lessons from the coaches' coach. Responsibility: Myles Downey. Edition: 3rd ed. Imprint: New York ; London : Cengage Learning, 2003.
13. Pendleton D, Scofield T, Tate P and Havelock P (1984) The Consultation: an approach to learning and teaching. Oxford University Press, Oxford.
14. Spencer J (2003) BMJ ABC of Learning and Teaching in Medicine: learning and teaching in the clinical environment. British Medical Journal. 326; 591–4 (accessed 23 July 2007).

Інтернет джерела

1. <https://www.coursera.org/learn/uchytelskyk-kouchynh>
2. Temple Teacher Residency Fall Practicum Handbook | College of Education | Temple University.
<https://education.temple.edu/sites/education/files/field/TTRFallPracticumHandbook-August2016-8.2.16.pdf>
3. MTSU Residency II Handbook College of Education Office of Professional Laboratory Experiences Revised: MIDDLE TENNESSEE STATE UNIVERSITY. 2014.
https://www.mtsu.edu/education/ncate/standard3/3.4.f.1_MTSU%20Residency%20II%20Handbook.pdf