

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**
Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖЕНО
Факультет гуманітарно-педагогічний
19 червня 2026 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**
Психологічні основи коучінгу

Галузь знань С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»

Спеціальність С4 «Психологія»

Освітня програма «Психологія» (ОС «Магістр»)

Факультет: гуманітарно-педагогічний

Розробник: кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології Лариса АФАНАСЕНКО

Опис навчальної дисципліни Психологічні основи коучингу

Психологічні основи коучингу — це сукупність психологічних теорій, принципів і методів, які пояснюють механізми особистісного розвитку, мотивації, самопізнання та досягнення цілей у процесі коучингової взаємодії..

Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, ступінь вищої освіти		
Освітній ступінь	<i>(магістр)</i>	
Спеціальність:	<i>С 4 «Психологія»</i>	
Освітня програма	<i>Психологія</i>	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	вибіркова	
Загальна кількість годин	210	
Кількість кредитів ECTS	7	
Кількість змістових модулів	2	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	-	
Форма контролю	Екзамен	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм навчання		
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Рік підготовки (курс)	1	-
Семестр	7	-
Лекційні заняття	45 год.	-
Практичні, семінарські заняття	45 год.	-
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна робота	120 год	-
Індивідуальні завдання	-	-
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання	6	-

1. Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни «**Психологічні основи коучингу**» є оволодіння здобувачами вищої освіти сучасними науковими знаннями про психологічні механізми коучингової взаємодії, закономірності розвитку особистості, мотивації, саморегуляції та досягнення цілей, а також формування вмінь використовувати коучингові підходи, методи й інструменти для сприяння особистісному, професійному та організаційному розвитку відповідно до етичних стандартів професійної діяльності психолога.

Перелік освітніх компонентів, які передують вивчення навчальної дисципліни: Психологія та педагогіка вищої школи, Методологія та організація наукових досліджень з основами інтелектуальної власності, Диференційна психологія, Етнопсихологія, Психологічна допомога особистості, Психологія стресу, Психіатрична пропедевтика, Організаційна психологія, Практикум з психологічного консультування та психотерапії.

Набуття компетентностей:

Інтегральна компетентність (ІК): Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність) у професійній діяльності.

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми в царині психологічної науки й практики.

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.

Спеціальні (фахові) компетентності (СК):

СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та/або практики.

СК3. Здатність обирати і застосовувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.

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

СК5. Здатність організовувати та реалізовувати психологічне консультування й психологічний супровід різних категорій клієнтів.

СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах, брати участь у розв'язанні складних професійних завдань.

СК8. Здатність оцінювати межі власної професійної компетентності, дотримуватися норм професійної етики та здійснювати безперервний професійний розвиток.

СК10. Здатність впроваджувати інноваційні психологічні технології та методи професійної діяльності відповідно до сучасних наукових підходів.

Програмні результати навчання (ПРН):

ПРН 1. Здійснювати пошук, опрацювання, аналіз та узагальнення наукової інформації щодо сучасних психологічних підходів до коучингу та їх практичного застосування.

ПРН 2. Демонструвати вміння застосовувати сучасні психологічні концепції, моделі та методи коучингу у професійній діяльності.

ПРН 4. Здійснювати психологічний аналіз запиту клієнта, визначати цілі коучингової взаємодії та обирати адекватні методи психологічного супроводу.

ПРН 6. Використовувати сучасні психологічні технології, техніки та інструменти коучингу для розвитку особистісного і професійного потенціалу клієнта.

ПРН 7. Дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога та забезпечувати конфіденційність у процесі коучингової взаємодії.

ПРН 10. Розробляти та реалізовувати програми психологічного супроводу, використовуючи коучингові технології для підтримки особистісного, професійного та організаційного розвитку.

ПРН 11. Здійснювати рефлексію власної професійної діяльності, оцінювати ефективність застосування коучингових методів та визначати напрями професійного самовдосконалення.

2. Програма та структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					ус бог о	у тому числі				
		л.	пр.	лаб	інд.	ср.		л.	пр.	ла б.	інд.	ср.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Змістовий модуль 1. Концептуальні засади коучингу												
Тема 1.1 Історія зарубіжного і вітчизняного коучингу	14	3	3			8						
Тема 1.2 Основи коуч- діяльності	15	3	3			9						
Тема 1.3 Етичні стандарти та компетенції коуча	15	3	3			9						
Тема 1.4 Етапи індивідуального коучингу	14	3	3			8						
Тема 1.5 Формулювання цілей коучингу	15	3	3			9						
Тема 1.6 Коучинговий процес. Види коучингу. Специфіка прояву та взаємодії	17	4	4			9						
Тема 1.7 Вивчення запиту та оцінка ресурсів клієнта	14	3	3			8						
Разом за змістовим модулем I	104	22	22			60						
Змістовий модуль II. Інструменти коучингу												
Тема 2.1 Оцінка ефективності коучингу	14	3	3			8						
Тема 2.2 Коучінг у різних видах діяльності	15	3	3			9						
Тема 2.3 Внутрішні ресурси і мотивація людини	15	3	3			9						
Тема 2.4 Методи і технології проведення коучингу	14	3	3			8						
Тема 2.5 Техніки, спрямовані на вирішення конкретних завдань клієнта	15	3	3			9						
Тема 2.6 Особливості та інструменти бізнескоучингу	17	4	4			9						
Тема 2.7 Особливості та інструменти life коучингу	16	4	4			8						
Разом за змістовим модулем II	106	23	23			60						
Усього годин	210	45	45			120						

3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Історія зарубіжного і вітчизняного коучингу	3
2	Основи коуч-діяльності	3
3	Етичні стандарти та компетенції коуча	3
4	Етапи індивідуального коучингу	3
5	Формулювання цілей коучингу	3
6	Коучинговий процес. Види коучингу. Специфіка прояву та взаємодії	4
7	Вивчення запиту та оцінка ресурсів клієнта	3
8	Оцінка ефективності коучингу	3
9	Коучінг у різних видах діяльності	3
10	Внутрішні ресурси і мотивація людини	3
11	Методи і технології проведення коучингу	3
12	Техніки, спрямовані на вирішення конкретних завдань клієнта	3
13	Особливості та інструменти бізнескоучингу	4
14	Особливості та інструменти life коучингу	4

4. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Історія зарубіжного і вітчизняного коучингу	3
2	Основи коуч-діяльності	3
3	Етичні стандарти та компетенції коуча	3
4	Етапи індивідуального коучингу	3
5	Формулювання цілей коучингу	3
6	Коучинговий процес. Види коучингу. Специфіка прояву та взаємодії	4
7	Вивчення запиту та оцінка ресурсів клієнта	3
8	Оцінка ефективності коучингу	3
9	Коучінг у різних видах діяльності	3
10	Внутрішні ресурси і мотивація людини	3
11	Методи і технології проведення коучингу	3
12	Техніки, спрямовані на вирішення конкретних завдань клієнта	3
13	Особливості та інструменти бізнескоучингу	4
14	Особливості та інструменти life коучингу	4

5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Історія зарубіжного і вітчизняного коучингу	60
2	Основи коуч-діяльності	
3	Етичні стандарти та компетенції коуча	
4	Етапи індивідуального коучингу	
5	Формулювання цілей коучингу	
6	Коучинговий процес. Види коучингу. Специфіка прояву та взаємодії	
7	Вивчення запиту та оцінка ресурсів клієнта	

8	Оцінка ефективності коучингу	60
9	Коучінг у різних видах діяльності	
10	Внутрішні ресурси і мотивація людини	
11	Методи і технології проведення коучингу	
12	Техніки, спрямовані на вирішення конкретних завдань клієнта	
13	Особливості та інструменти бізнескоучингу	
14	Особливості та інструменти life коучингу	

6. Методи та засоби діагностики результатів навчання:
(*вибрати необхідне чи доповнити*)

- усне або письмове опитування;
- співбесіда;
- тестування;
- захист практичних, проектів;

7. Методи навчання (вибрати необхідне чи доповнити):

- метод проблемного навчання;
- метод практико-орієнтованого навчання;
- кейс-метод;
- метод проектного навчання;
- метод перевернутого класу, змішаного навчання;
- метод навчання через дослідження;
- метод навчальних дискусій та дебат;
- метод командної роботи, мозкового штурму
- метод гейміфікованого навчання.

8. Оцінювання результатів навчання.

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України»

8.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
Модуль I. Концептуальні засади коучингу		
Лекція 1 (<i>за наявності оцінювання</i>)	Історія зарубіжного і вітчизняного коучингу	—
Практична робота 1.		8
Самостійна робота 1.		2
Лекція 2 (<i>за наявності оцінювання</i>)	Основи коуч-діяльності	—
Практична робота 2		8
Самостійна робота 2.		2
Лекція 3 (<i>за наявності оцінювання</i>)	Етичні стандарти та компетенції коуча	—
Практична робота 3		8
Самостійна робота 3.		2
Лекція 4 (<i>за наявності оцінювання</i>)	Етапи індивідуального коучингу	—
Практична робота 4		8
Самостійна робота 4.		2
Лекція 5 (<i>за наявності оцінювання</i>)	Формулювання цілей коучингу	—
Практична робота 5		8

Самостійна робота 5.		2
Лекція 6 (за наявності оцінювання)	Коучинговий процес. Види коучингу. Специфіка прояву та взаємодії	—
Практична робота 6		8
Самостійна робота 6.		2
Лекція 7 (за наявності оцінювання)	Вивчення запиту та оцінка ресурсів клієнта	—
Практична робота 7		8
Самостійна робота 7.		2
Модульна контрольна робота 1.		30
Всього за модулем 1		100
Модуль II. Інструменти коучингу		
Лекція 8 (за наявності оцінювання)	Оцінка ефективності коучингу	—
Практична робота 8		8
Самостійна робота 8		2
Лекція 9 (за наявності оцінювання)	Коучінг у різних видах діяльності	—
Практична робота 9		8
Самостійна робота 9		2
Лекція 10 (за наявності оцінювання)	Внутрішні ресурси і мотивація людини	—
Практична робота 10		8
Самостійна робота 10		2
Лекція 11 (за наявності оцінювання)	Методи і технології проведення коучингу	—
Практична робота 11		8
Самостійна робота 11		2
Лекція 12 (за наявності оцінювання)	Техніки, спрямовані на вирішення конкретних завдань клієнта	—
Практична робота 12		8
Самостійна робота 12.		2
Лекція 13 (за наявності оцінювання)	Особливості та інструменти бізнескоучингу	—
Практична робота 13		8
Самостійна робота 13		2
Лекція 14 (за наявності оцінювання)	Особливості та інструменти life коучингу	—
Практична робота 14		8
Самостійна робота 14		2
Модульна контрольна робота 2.		30
Всього за модулем 2		100
Навчальна робота	$(M1 + M2)/2 * 0,7 \leq 70$	
Екзамен/залік	30	
Всього за курс	$(\text{Навчальна робота} + \text{екзамен}) \leq 100$	

8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/заліки)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно

0-59	незадовільно
------	--------------

8.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання	Відтермінування здачі завдань самостійної роботи, практичних занять у випадках хвороби чи якоїсь іншої вагомій для здобувача причини може бути дозволене за умови надання необхідної документації. Відтермінування здачі екзамену може бути дозволене у випадку вагомій причини за умови погодження з гарантом ОНП та деканатом. Проведення навчальних занять, терміни та умови виконання навчальних завдань можуть бути адаптовані до запитів здобувачів із документально підтвердженими особливими потребами. Відповідальністю здобувача залишається вчасне надання таких документів.
Політика щодо академічної доброчесності	Вступаючи на цей курс, здобувачі повинні дотримуватися норм поведінки, прописаних у Положенні про академічну доброчесність у Національному університеті біоресурсів і природокористування України (https://nubip.edu.ua/official-documents?page=23). Здобувачі повинні знати та дотримуватись академічної доброчесності з усіх питань цього курсу. Порушення академічної доброчесності тягне за собою академічну відповідальність
Політика щодо відвідування	Відвідування лекцій та практичних занять з курсу є обов'язковим, воно забезпечує краще розуміння матеріалу, дає можливість простежити зв'язок між теоретичною інформацією та її прикладним аспектом, сформувати систему знань та ґрунтовно підготуватись до екзамену. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із гарантом ОНП та деканатом).

9. Навчально-методичне забезпечення:

електронний навчальний курс навчальної дисципліни

<https://elearn.nubip.edu.ua/enrol/index.php?id=4630><https://elearn.nubip.edu.ua/enrol/index.php?id=4630>

- підручники, навчальні посібники, практикуми;

ICF | Core Competencies

URL: [ICF | Core Competencies](#)

Association for Coaching | Resources

URL: [Association for Coaching | Resources](#)

10. Рекомендовані джерела інформації

1. Костєва Т. Б. Практикум коуч-діяльності. Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2019. 40 с.
2. Нежинська О. О. Тименко В. М. Основи коучингу: навчальний посібник. Київ ; Харків : ТОВ «ДІСА ПЛЮС», 2017. 220 с.
3. Cox E., Bachkirova T., Clutterbuck D. (Eds.). The Complete Handbook of Coaching. 4th ed. London: Sage Publications, 2023. 592 p.

Допоміжна

1. Брайковська А. , Гриценко Т. Гриценко Т. Коучинг для лідерів громадських організацій. Фонд Східна Європа в межах проекту «3D Project: Розвиток попри перешкоди. Київ, 2022. 81 с.
2. Нежинська О. О. Тименко В. М. Коучінг у діяльності практичного психолога системи освіти : спецкурс для слухачів очно-дистанційної форми навчання в системі післядипломної педагогічної освіти . НАПН України, ДВНЗ «Ун-т менедж. освіти». К., 2015. 44 с.
3. Greif S., Möller H., Scholl W., Passmore J., Müller F. (Eds.). International Handbook of Evidence-Based Coaching: Theory, Research and Practice. Cham: Springer, 2022. 982 p.