

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Кафедра педагогіки

Декан гуманітарно-педагогічного факультету

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
к. філос. н., доцент
І.М. Савицька
«_____» _____ 2022 р.



«СХВАЛЕНО»
на засідання кафедри педагогіки
Протокол № 8 від «10» червня 2022 р.
Завідувач кафедри, д. пед. н.
Р.В. Сопівник

«РОЗГЛЯНУТО»
Гарант ОП
професор кафедри педагогіки д.п.н., професор

_____ О.В. Васюк

**РОБОЧА ПРОГРАМА
«LIFE-COUCHING»**

Спеціальність: 015.37 Професійна освіта

Освітньо-професійна програма: Професійна освіта (Аграрне виробництво, переробка сільськогосподарської продукції та харчові технології)

Факультет гуманітарно-педагогічний

Розробник: асистентка кафедри педагогіки, Прохорчук П.С.

1. Опис навчальної дисципліни «Life coaching»

Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень		
Освітній ступінь	Бакалавр	
Галузь знань	01 «Освіта/Педагогіка»	
Спеціальність	015 «Професійна освіта»	
Спеціалізація	015.37 «Аграрне виробництво, переробка сільськогосподарської продукції та харчові технології»	
Освітньо-професійна програма	«Професійна освіта (Аграрне виробництво, переробка сільськогосподарської продукції та харчові технології)»	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	Вибіркова	
Загальна кількість годин	120	
Кількість кредитів ECTS	4	
Кількість змістових модулів	4	
Курсовий проект (робота) (якщо є в робочому навчальному плані)	-	
Форма контролю	екзамен	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм навчання		
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Рік підготовки	ПрП+2 (с.т)	
Семестр	4	
Лекційні заняття	26 год.	
Практичні, семінарські заняття	52 год.	
Лабораторні заняття	- год.	
Самостійна робота	42 год.	
Індивідуальні завдання	- год.	
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання:	6 год.	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета – ознайомлення студентів з особливостями сутності процесу коучингу, закономірностями його становлення, а також основних інструментів, які можуть бути застосовані в різних сферах життєдіяльності людини, спрямовані на розвиток особистості та навчити застосовувати дані алгоритми як у практичну діяльність, так і у власному житті; розкрити механізми розвитку особистості під дією цілеспрямованих педагогічних та коучингових впливів; професійне висвітлення сутності й особливостей процесу коучингу, а також основних інструментів коучингу, які можуть бути застосовані в різних сферах життєдіяльності людини та спрямовані на розвиток особистості.

Лайф-коучинг – це методика, яка дозволяє забезпечити студентів інформацією та інструментами щодо досягнення успіху та різнобічного розвитку особистості. Даний курс розрахован на надання допомоги студентам, які виявляють бажання брати на себе відповідальність за власне життя; отримати прості, але дієві рекомендації та методи щодо розвитку вмінь брати на себе відповідальність за власне життя; вміти вірно формулювати цілі по життю та вміти їх досягати.

Завдання дисципліни полягає у:

- ознайомленні студентів з історичними аспектами розвитку та становлення методів коучингу;
- розкриття змісту основних коучингових методів;
- висвітлення методологічних засад використання методів та технік коучингу в педагогічній діяльності;
- формування у студентів практичних навичок та умінь, необхідних для використання методів коучингу;
- орієнтація студентів на вивчення та застосування методів коучингу в практичній діяльності, сприянні глибокому розумінню тих чи інших особливостей особистості, причин їх формування та шляхів профілактики і корекції.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є закономірності розвитку людини на різних етапах її становлення як особистості, психолого-педагогічні закономірності застосування коучингових технологій в процесі педагогічного впливу на особистість.

Міждисциплінарні зв'язки: вікова та педагогічна психологія, вступ до спеціальності, основи соціалізації особистості, соціальна психологія, педагогіка, психолого-педагогічна терапія, комунікація в соціальній сфері, соціологія.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен **знати:**

- етичні норми та стандарти коучингової діяльності;
- особливості діяльності лайф-коуча;
- основні матеріали та техніки застосування методик коучингу в професійному та особистому житті;
- різновиди методів коучингу та їх терапевтичні та педагогічні можливості;
- особливості використання технік коучингу з різними групами клієнтів;
- кваліфікаційні вимоги, професійні компетентності коуча;
- етапи коучингового процесу;
- методику формулювання запитань у коучинговому процесі;
- логічні рівні коучингу.

Уміти:

- користуватися техніками трансформаційної комунікації;

- застосовувати коучингові тактики і підходи;
- застосовувати моделі «grow» і «т» модель;
- застосовувати інструменти побудови ефективної комунікації у коучинговому процесі;

Компетентностями, якими повинен володіти здобувач після вивчення дисципліни є:

- ЗК 01: здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях;
- ЗК 05: навички використання інформаційних і комунікаційних технологій;
- ЗК 08: здатність навчатися і оволодівати сучасними знаннями;
- ЗК 10: здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя;
- СК 02: здатність формувати інформаційний контент;
- СК 09: здатність володіти емоційним інтелектом в умовах професійної діяльності;
- СК 13: здатність встановлювати цінності, бачення, місію, цілі та критерії, за якими визначаються подальші напрями розвитку, розробляти і реалізовувати відповідні стратегії та плани.
- СК 15: здатність використовувати психологічні технології роботи.

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Life coaching» складена відповідно до освітньої програми підготовки бакалаврів спеціальності «Професійна освіта».

3. Програма та структура навчальної дисципліни

- повного терміну денної форми навчання;
- скороченого терміну денної форми навчання.

Змістовий модуль I. Теоретичні аспекти значення та практики використання коуч-діяльності.

Тема лекційного заняття 1. Історія виникнення коучингу.

Історія виникнення коучингу. Відмінність коучингу від інших видів надання допомоги особистості.

Тема лекційного заняття 2. Основні підходи та визначення поняття коучинг.

Вітчизняні та закордонні тлумачення поняття «коучинг» передовими науковцями та коучами.

Тема лекційного заняття 3. Мета та принципи коучингу.

Мета спеціально організованого процесу взаємодії коуча і клієнта. Роль коуча. Базові принципи коучингу. Основоположний принцип коучингу. Умови якісного коучингу.

Тема лекційного заняття 4. Види коучингу.

Характеристика основних видів коучингу: лайф коучинг, бізнес коучинг, коучинг для керівників, коучинг кар'єри, коучинг на робочому місці, коучинг спорту, коучинг освіти, сімейний коучинг, коучинг особистої ефективності. Класифікація різновидів коучингу за стилем: фрістайл-коучинг та процесуальний коучинг. Класифікація коучингового процесу за рівнем змін: поведінковий коучинг, коучинг розвитку, трансформаційний коучинг. Класифікація коучингу за кількістю учасників: індивідуальний і груповий коучинг. Коучинг за форматом: очний, дистанційний і змішаний види коучингу.

Змістовий модуль 2. Професійні стандарти коучингової діяльності

Тема лекційного заняття 1. Вимоги до особистості коуча згідно професійних стандартів Міжнародної Федерації Коучингу.

Особистість коуча: професійні стандарти Міжнародної Федерації Коучингу (ICF). Рівні сертифікації коучингової діяльності. Базові ключові професійні компетенції коуча та Етичний Кодекс коуча.

Тема лекційного заняття 2. Ключові компетенції коуча.

Базові компетенції коуча ICF. Умови укладення контракту на проведення коучингу. Алгоритм проведення коуч-сесій. Безоціночна позиція коуча. Особистий, професійний та самостійний розвиток коуча як основа підтримки рівня кваліфікації.

Змістовий модуль 3. Особливості методики впровадження коучингового процесу.

Тема лекційного заняття 1. Особливості та процедурні аспекти коучингового процесу.

Особливості коучингового процесу. Перший етап. Аналіз ситуації та збір необхідної інформації. Другий етап. Планування системи відповідальності.. Третій етап. Реалізація плану з використанням різноманітних технік коучингу. Четвертий етап. Оцінка результативності. Ключові елементи процесу коучингу: усвідомлення, відповідальність, орієнтація на майбутнє. Процедурні аспекти коучингового процесу: таймінг коуч-сесії, встановлення раппотру, рівні слухання клієнта, техніка «парафраз». Рекомендації для коуча при постановці запитань. Коуч-позиція. Укладання контракту. Визначення мети. Екологічність мети. Рамка результату в коучингу. Використання досвіду. Планування діяльності. Висновок, підведення підсумків.

Тема лекційного заняття 2. Оцінка ефективності коучингового процесу.

Суб'єктивні оцінки ефективності коучингу. Трикутник системи контрактних відносин. Вимірювання ефективності коучингу.

Тема лекційного заняття 3. Методика постановки запитань у коучинговому процесі.

Постановка запитань, які мотивують до дії. Постановка запитань які мобілізують. Постановка запитань, які розвивають лідерські навички. Питання-криголами. Сутнісні питання. Сильні запитання для коуч-сесії від відомих коучів світу.

Тема лекційного заняття 4. Розповсюджені помилки при організації коучингового процесу.

Найбільш розповсюджені помилки, які припускають коучі при постановці запитань і як цього уникнути. Відкриті та закриті запитання. Як закриті питання замінити на відкриті. Питання, які пропонують відповідь. Як уникнути питань, які пропонують клієнту рішення. Пошук «ідеального питання». Техніка «Спостереження і питання». Питання, які є складними для розуміння. Питання-інтерпретація. Риторичні питання. Питання, що наштовхують на відповідь. Рідкісне переривання клієнта. Часте переривання клієнта. Питання «Чому?».

Тема лекційного заняття 5. Різновиди клієнтів коуча та вивчення їх запитів та оцінки ресурсів.

Типологія клієнтів в коучингу: «відвідувач» (спостерігач, глядач); особи, що постійно жаліються (аутсайтери); «покупці» (гравці). Вивчення запиту клієнта, методики: «Колесо балансу», перевірка екологічності поставленої мети (істинного запиту), аналіз наявних ресурсів. Опитувальники для оцінки базових компетенцій посади (корпоративний коучинг), для оцінки лідерського потенціалу, для оцінки рівня суб'єктивного контролю («локусу контролю» – опитувальник Роттера), аналіз реакції на зміни. Самооцінка клієнта, експертні оцінки осіб, які знають клієнта, метод «360 градусів». Модель коучингу зворотного зв'язку. Порівняльна характеристика діагностичних процедур у коучингу.

Тема лекційного заняття 5. Типи коучингових розмов та мотивація до змін як основа коучингового процесу.

«Жонглювання можливостями». Метод «Коучинг майстерності». Сім типів коучингових розмов та їх характеристики. А. Маслоу та його підхід до класифікації потреб: піраміда Маслоу. Коучинг як метод трансформації свідомості. Фокус уваги. Способи самомотивації. Ключові ресурси успішної людини. Індивідуальна робота з клієнтом на запит підвищення впевненості в собі та підвищення власної самооцінки. Алгоритм методу позитивної оцінки ситуації.

Тема лекційного заняття 6. «Зона комфорту» та роль емоцій під час коучингового процесу.

«Зона комфорту». Розумний вихід за межі зони комфорту в зону ризику. «Зона дискомфорту». Комфортна та дискомфортна зони життя людини. Шляхи, що ведуть до розширення зони комфорту. Програма дій виходу із зони комфорту ЗОРРО. Внутрішній опір змінам. Зона потенційних можливостей або зона бажань. Система зверхдосягнень (модифікація Іцхака Пінтосевича). Роль емоцій під час коучингового процесу. Методика виявлення власного шаблону (алгоритму) мислення. Чотири підходи «кола турбот» за С. Кові. Реакції особистості на відкладання та відповідальність. Прокрастинація та методи боротьби з нею. Ланцюжок демотивації. Управління стресом. Методи керування емоціями. Раціонально-емоційно-поведінкова терапія REBT. Модель «ABCD Емоції». Процес «Від ситуації до дії». Методика роботи коуча з клієнтом по моделі ABCD у процесі «Від

ситуації до дії». «П'ять запитань здорового мислення» за аспектами: факти, цілі, відносини / конфлікти, емоції, здоров'я / життя.

Змістовий модуль 4. Інструменти коучингу та методика їх застосування в коучинговій діяльності.

Тема лекційного заняття 1. Загальна характеристика основних інструментів коучингу.

Основні інструменти коучингу: техніка «Колесо балансу», модель GROW, стратегія Уолта Діснея, піраміда Роберта Ділтса, техніка шкалювання.

Тема лекційного заняття 2. Загальна характеристика допоміжних технік у коучинговому процесі.

Допоміжні техніки у коучинговому процесі: використання метафор, метафоричні асоціативні карти, техніка «воронка запитань», техніка «картезіанські запитання», техніка «SMART» (визначення критеріїв задач), модель SWOT, вправи, спрямовані на самопізнання та розвиток особистості.

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усьог о	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	пр.	лаб	ін д.	ср.		л	пр.	лаб	інд.	ср.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Змістовий модуль 1. Теоретичні аспекти значення та практики використання коуч-діяльності												
Тема 1. Історія виникнення коучингу.	4	1	1			2						
Тема 2. Основні підходи та визначення поняття коучинг.	4	1	1			2						
Тема 3. Мета та принципи коучингу.	4	1	1			2						
Тема 4. Види коучингу.	4	1	1			2						
Разом за змістовим модулем 1	16	4	4			8						
Змістовий модуль 2. Професійні стандарти коучингової діяльності												
Тема 1. Вимоги до особистості коуча згідно професійних стандартів Міжнародної Федерації Коучингу.	9	2	2			5						
Тема 2. Ключові компетенції коуча.	9	2	2			5						
Разом за змістовим	18	4	4			10						

модулем 2												
Змістовий модуль 3. Особливості методики впровадження коучингового процесу												
Тема 1. Особливості та процедурні аспекти коучингового процесу.	16	4	4			8						
Тема 2. Оцінка ефективності коучингового процесу.	8	2	2			4						
Тема 3. Методика постановки запитань у коучинговому процесі.	16	4	4			8						
Тема 4. Розповсюджені помилки при організації коучингового процесу.	8	2	2			4						
Тема 5. Різновиди клієнтів коуча та вивчення їх запитів та оцінки ресурсів.	8	2	2			4						
Тема 6. Типи коучингових розмов та мотивація до змін як основа коучингового процесу.	14	4	2			8						
Тема 7. «Зона комфорту» та роль емоцій під час коучингового процесу.	8	2	2			4						
Разом за змістовим модулем 3	78	20	18			40						
Змістовий модуль 4. Інструменти коучингу та методика їх застосування в коучинговій діяльності.												
Тема 1. Загальна характеристика основних інструментів коучингу.	4	1	2			1						
Тема 2. Загальна	4	1	2			1						

характеристика допоміжних технік у коучинговому процесі.												
Разом за змістовим модулем 4	8	2	4			2						
Усього годин	120	26	52			42						

4. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Не передбачено навчальним планом	

5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Сутність коучингу та його види	3
2	Мета та принципи коучингу	3
3	Професійні стандарти коучингу	4
4	Особливості коучингового процесу	4
5	Коучинг та інші види діяльності	4
6	Постановка запитань у коучинговому процесі	4
7	Взаємодія коуча з клієнтом	4
8	Моделі та інструменти коучингу	4
9	Основні інструменти коучингу: техніка «Колесо балансу», модель GROW, стратегія Уолта Дісней,	4
10	Основні інструменти коучингу: піраміда Роберта Ділтса, техніка шкалювання.	4
11	Допоміжні техніки у коучинговому процесі: використання метафор, метафоричні асоціативні карти,	4
12	Допоміжні техніки у коучинговому процесі: техніка «воронка запитань», техніка «картезіанські запитання»,	4
13	Допоміжні техніки у коучинговому процесі: техніка «SMART» (визначення критеріїв задач), модель SWOT,	3
14	Допоміжні техніки у коучинговому процесі: вправи, спрямовані на самопізнання та розвиток особистості.	3
	Всього	52

6. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Не передбачено навчальним планом	

7. Контрольні зразки тестів для визначення рівня засвоєння знань студентами

Контрольні питання

1. Види коучингу.
2. Етичні і юридичні норми діяльності коуча.
3. Кваліфікаційні вимоги до коуча.
4. Етапи коучингового процесу.
5. Застосування принципу SMART у постановці мети.
6. Проблема оцінки ефективності коучингу.
7. Схема коучингу за Д. Колбом.
8. Модель GROW, запропонована Джоном Уітмором.
9. Модель коучингу Мері Бет О'Ніл.
10. Модель коуч-сесії Мерилін Аткинсон.
11. Технології побудови ефективної комунікації у коучинговому процесі.
12. Методика формулювання запитань у коучинговому процесі.
13. Техніка «рівневого слухання» у коучинговій комунікації.
14. Метод шкалування.
15. Техніка «Колесо коучингу».
16. Модель логічних рівнів, розроблена Робертом Ділтсом.
17. Техніка дисоціації в роботі з стресом.
18. Методика подолання опору та заперечень у коучингу.
19. Методика аналізу і корекції стратегій управління часом (тайм-менеджмент).
20. Техніки, спрямовані на вивчення ціннісно-сислової сфери.
21. Концепція learning company.
22. Функції коучингу в управлінні.
23. Особливості впровадження технології коучингу в бізнес.
24. Коучинг як стиль управління.
25. Моделі та техніки коучингу в бізнесі.
26. Командний коучинг.
27. Філософія лайф-коучингу.
28. Концепція емоційної компетентності.
29. Робота з внутрішніми обмеженнями.
30. Техніки впливу на мотиваційну сферу.
31. Основні підходи до визначення поняття «коучинг» .
32. Ключові компетенції коуча.
33. Професійні стандарти Міжнародної Федерації Коучингу (ICF).
34. Процедурні аспекти коучингового процесу.
35. Оцінка ефективності коучингу.
36. Роль емоцій під час коучингового процесу.
37. Мотивація до змін як основа коучингового процесу.
38. Чим відрізняється коучинг від інших видів надання допомоги особистості.
39. Коучинг і освіта.
40. Коучинг як сучасна концепція практичної психології.
41. Педагогічний коучинг в розвитку управлінської компетентності керівників професійно-технічних навчальних закладів.
42. Постановка запитань у коучинговому процесі.
43. Десять розповсюджених помилок при постановці запитань.

44. Коучинг як сучасна технологія підвищення ефективності навчального процесу.
45. Коучинг як ефективна технологія формування успішного студента.
46. Клієнти коуча.
47. Вивчення запиту та оцінка ресурсів клієнта.
48. Типи коучингових розмов.
49. «Зона комфорту».
50. Коучинг як новий метод управління персоналом.
51. Технологія розвитку критичного мислення.
52. Life-коучинг (життєвий коучинг).
53. Бізнес-коучинг.
54. Адміністративний (а також політичний) коучинг.
55. Executive coaching (Коучинг для керівників).
56. Career coaching (Коучинг кар'єри).
57. On-Job-Coaching (Коучинг на робочому місці).
58. Коучинг спорту.
59. Коучинг освіти.
60. Сімейний коучинг.
61. Коучинг особистої ефективності.
62. Фрістайл-коучинг.
63. Процесуальний коучинг.
64. Коучинг розвитку.
65. Трансформаційний коучинг.
66. Індивідуальний і груповий коучинг.
67. Очний коучинг .
68. Дистанційний коучинг.
69. Електронний коучинг.
70. Змішаний коучинг.
71. Перший етап коучингу. Інформаційне забезпечення коучингової взаємодії.
72. Другий етап коучингу. Структуризація коучингової взаємодії.
73. Третій етап реалізації коучингу є оцінювання необхідних ресурсів для його здійснення.
74. Джерела ідей коучингу.
75. Ведення професійних записів під час коучингу з клієнтом.
76. Умови якісного коучингу.
77. Принцип позитивності коучингу.
78. Принцип спільності успіху коучингу.
79. Принцип активності та відповідальності за результат.
80. Принцип творчості (відсутність догматизму).
81. Принцип усвідомлення особистих ресурсів.
82. Системний підхід в коучингу.
83. Четвертий етап коучингу моделі – встановлення перешкод, які виникають на шляху досягнення поставлених цілей, та способів їх усунення.
84. П'ятий етап коучингового процесу. Моделювання конкретного графіку виконання робіт із встановленням термінів та очікуваних результатів.

Зразок тестів

1. Знайдіть відповідність між назвою та сутністю методів надання допомоги особистості:

Методи	Сутність методу
2. Коучинг	А. Учасники бачать свої помилки з іншого боку, і складають план їхнього виправлення.
	Б. Помилки використовуються як матеріал для подальшого розвитку.
3. Тренінг	В. Людина сама вирішує, як буде виконувати дану роботу.
	Г. Доведення до автоматизму навичок роботи в певних умовах.

2. Установіть відповідність.

Методи	Сутність методу
1. Коучинг	А. Рішення пропонує консультант, спираючись при цьому на свій багатий власний досвід.
2. Менторство, наставництво	Б. Спеціаліст часто питає про минулі переживання та помилки.
3. Психотерапія	В. Спеціаліст має більше досвіду і часто займає більш високу позицію по відношенню до підопічного / клієнта.
4. Консультування	Г. Спеціаліст заохочує людину саму шукати та пробувати різні методи на шляху до досягнення мети.

3. Спостереження – це:

- А. емпіричний метод;
- Б. комплексний метод;
- В. генетичний метод;
- Г. організаційний метод.

4. Розкриття потенціалу людини з метою максимального підвищення її ефективності, цей метод не вчить, а допомагає навчатися – це ...

- А. Психотерапія
- Б. Лідерологія
- В. Коучинг
- Г. Менторство

5. Оберіть із наведеного нижче переліку базові принципи коучингу?

- А. спрямованість: з сьогодення в майбутнє;
- Б. орієнтир не на проблему, а на вирішення;
- В. аналіз не успішних прикладів, навчання на помилках;
- Г. у людини вже є усі необхідні ресурси для досягнення успіху;

6. Які умови якісного коучингу? Виберіть правильну відповідь:

- А. ефективність процесу вимірюється показником внутрішніх змін клієнта;

- Б. атмосфера, де можна припускати помилки;
- В. діяльність, яка відіграє велику роль у житті клієнта;
- Г. діяльність, яку пропонує спеціаліст клієнту.

7. *Оберіть у кожному випадку А чи Б.*

1. Лайф-коучинг	А. концентрується на плануванні життя і досягненні власних цілей; Б. це інструмент підвищення ефективності взаємодії в системі освіти в цілому, у всіх напрямках: педагог-студент, педагог-адміністрація, педагог-педагог.
2. Бізнес-коучинг	А. формування динамічної, креативної позиції в конкурентному середовищі, а також підтримка і супровід у розвитку бізнесу; Б. охоплюють уміння організації узгодженості між особистим і професійним життям.
3. Сімейний коучинг	А. системна робота як із цінностями окремо взятого члена сім'ї, так і з цінностями всієї родини в цілому; Б. бажання людини підвищити професійну або іншу ефективність, поліпшити тайм-менеджмент, спортивні показники, збалансувати різні напрямки життя для максимального розвитку бажаних сфер.

8. *Коучинг по стилю розрізняють:*

- А поведінковий коучинг, коучинг розвитку, трансформаційний коучинг;
- Б. індивідуальний і груповий коучинг;
- В. фрістайл-коучинг та процесуальний коучинг;
- Г. очний, дистанційний і змішаний коучинг.

9. *Перша професійна організація в світі, яка створила філософію та дала визначення коучингу а також розробила стандарти етичних принципів і ключових професійних компетенцій, які зобов'язані дотримуватися та які мають виконувати усі професійні коучі:*

- А. FIFA;
- Б. WBO;
- В. IBF;
- Г. ICF.

10. *Для того, щоб отримати кваліфікацію Асоційованого сертифікованого коуча – Associate Certified Coach (ACC) необхідно:*

- А. потрібно пройти відповідну підготовку по кількості годин;
- Б. власне особисто напрацювати практичні години коучингових сесій з клієнтом (100 год.)
- В. пройти тренінг особистісного росту;
- Г. провести інстаграм-марафон.

7. Методи навчання

1. Словесні:

- лекція (усний виклад великого за обсягом та логічною побудовою навчального матеріалу, займає основну частину часу відповідних занять),
- пояснення (основних термінів, феноменів, причинно-наслідкових зв'язків під час практичних занять),
- розповідь (опис практичних випадків, що ілюструють пояснювані явища та феномени),
- бесіда (репродуктивна – на початку кожного практичного заняття, катехізисна – у кінці лекційних та практичних занять, евристична – на початку лекційних та практичних занять),
- робота з підручниками, навчальними посібниками, науковими статтями (аналіз теоретичного матеріалу під час виконання завдань самостійної роботи з подальшим формулюванням висновків, побудовою таблиць та схем).

2. Наочні:

- ілюстрування (тексти-описи відхилень у психічній діяльності та поведінці людини, опис та стимульний матеріал психодіагностичних методик під час практичних занять),
- демонстрування (показ особливостей застосування психодіагностичних методик під час практичних занять),
- самостійне спостереження (апеляція до життєвого досвіду студентів, що стосується матеріалу лекційних та практичних занять).

3. Практичні:

- вправи (розв'язування задач на застосування набутих знань, тренування у застосуванні практичних методик, виконання творчих завдань, що наближаються до реальних професійних ситуацій під час практичних занять),
- контрольні роботи (виконання завдань, що перевіряють розуміння навчального матеріалу).

9. Форми контролю

1. У межах модуля:

- бліц-опитування знання теоретичного матеріалу,
- перевірка правильності виконання завдань на практичних заняттях,
- перевірка наявності та правильності виконання письмових завдань самостійної роботи,
- контрольна робота (тест із 30 завдань, що перевіряє знання, розуміння теоретичного матеріалу).

2. Підсумкова атестація:

- письмове опитування (тест).

10. Розподіл балів, які отримують студенти

Оцінювання студента відбувається згідно з положенням «Про екзамени та заліки у НУБіП України» від 20.02.2015 р. протокол № 6 табл. 1.

Оцінка національна	Оцінка ECTS	Визначення оцінки ECTS	Рейтинг студента, бали
Відмінно	A	ВІДМІННО – відмінне виконання лише з незначною кількістю	90-100
Добре	B	ДУЖЕ ДОБРЕ – вище середнього рівня з кількома помилками	82-89
	C	ДОБРЕ – в загальному правильна робота з певною кількістю грубих помилок	74-81
Задовільно	D	ЗАДОВІЛЬНО – непогано, але зв значною кількістю недоліків	64-73
	E	ДОСТАТНЬО – виконання задовільняє мінімальні критерії	60-63
Незадовільно	FX	НЕЗАДОВІЛЬНО – потрібно попрацювати перед тим, як отримати залік (позитивну оцінку)	35-59
	F	НЕЗАДОВІЛЬНО – необхідна подальша серйозна робота	01-34

Для визначення рейтингу студента (слухача) із засвоєння дисципліни $R_{\text{дис.}}$ (до 100 балів) одержаний рейтинг з атестації (до 30 балів) додається до рейтингу студента (слухача) з навчальної роботи $R_{\text{НР}}$ (до 70 балів): $R_{\text{дис.}} = R_{\text{НР}} + R_{\text{ат.}}$ 11.

11. Методичне забезпечення

- НМК дисципліни (робоча програма навчальної дисципліни, методичні рекомендації до виконання практичних робіт, конспекти лекцій, підручник, навчальні посібники);

- ЕНМК дисципліни: <https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=4693>

12. Рекомендована література

1. Архангельский Г. А. Тайм-драйв : Как успевать жить и работать / Глеб Архангельский. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2005. – 240 с.

2. Аткинсон М. Достижение целей : Пошаговая система / Мэрилин Аткинсон, при участии Рае Т. Чоис ; пер. с англ. – 2-е изд. – М. : Альпина Паблишер, 2013. – 281 с. – (Серия «Трансформационный коучинг : Наука и искусство»).

3. Аткинсон М. Наука и искусство коучинга : Внутренняя динамика / Мэрилин Аткинсон, Рае Т. Чоис ; пер. с англ. – К. : Companion Group, 2009. – 208 с.

4. Бессер-Зигмунд К. EMDR в коучинге : WingWave – как взмах крыла бабочки / К. Бессер-Зигмунд, Х. Зигмунд. – СПб. : Издательство Вернера Регена, 2007. – 160 с.

5. Бессер-Зигмунд К. Самокоучинг : Культура личности менеджеров и руководителей / К. Бессер-Зигмунд, Х. Зигмунд. – СПб. : Издательство Вернера Регена, 2007. – 160 с.

6. Борова Т. А. Теоретичні і методичні засади адаптивного управління професійним розвитком науково-педагогічних працівників вищого навчального закладу / Т. А. Борова : дис. на здобуття д-ра пед. наук зі спец. 13.00.06 – теорія та методика управління освітою. – К., 2012. – С. 170–234. 131.

7. Верникова Н. Метафорические ассоциативные карты – универсальный инструмент для МАКсимальных результатов. Практическая психология / Ника Верникова. – Винница : ЧП «ТД «Эдельвейс и К», 2014. – 124 с.

8. 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.

9. Голлви Т. Максимальная самореализация : Работа как внутренняя игра / Т. Голлви ; пер. с англ. – М. : Альпина Бизнес Букс, 2007. – 264 с.

10. Дауни М. Эффективный коучинг : Уроки коуча коучей (Effective Coaching : Lessons from the Coaches' Coach) / Майлз Дауни ; пер. с Костева Т. Б. 34 англ. Е. Гладкова. – М. : Издательство «Добрая книга», 2013. – 288 с.

11. Зиберт Э. Сила стойкости / Э. Зиберт ; пер. с англ. – К. : Network TwentyOne Ukraine, 2015. – 246 с.

12. Дилтс Р. Альфа-лидерство / Р. Дилтс, Э. Диринг, Дж. Рассел. – СПб. : ЕВРОЗНАК, 2004. – 256 с. (Проект «Магия высшей практической психологии»).

13. Дмитриева Е. Н. Возможности использования методов и приемов коучинга в профессионально-личностном становлении студентов / Е. Н. Дмитриева, Н. А. Тренкаева // Вестник ТГУ. Философия. Социология. Политология. – 2008. – № 3 (4). – С. 144–147.

14. Добротворский И. Л. Коучинг – личная тренировка : Помощь в решении самых запутанных проблем в управлении, бизнесе и карьере / И. Л. Добротворский ; 3-е изд., перераб. и доп. – М., 2006. – 34 с.

15. Зеленин В. В. Между травмой и величием : трактат о селективной психодиагностике в коучинге / В. В. Зеленин. – К. : Гнозис, 2015. – 272 с.

16. Кови С. Семь навыков высокоэффективных людей : Мощные инструменты развития личности / Стивен Р. Кови. – М. : Альпина Бизнес Букс, 2006. – 375 с.

17. Коучинг у діяльності практичного психолога системи освіти : спецкурс для слухачів очно-дистанційної форми навчання в системі післядипломної педагогічної освіти / О. О. Нежинська, В. М. Тименко ; НАПН України, ДВНЗ «Ун-т менедж. освіти». – К., 2015. – 44 с.

18. Коучинг як інструмент соціально-психологічної допомоги клієнту / О. О. Нежинська, В. М. Тименко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка. – Вип. 23 : зб. наук. праць. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. – С. 182–187.

19. Коучинг як технологія розвитку лідерства у сфері освіти / О. О. Нежинська, В. М. Тименко // Теоретичний та науковометодичний часопис «Вища освіта України» ; 2017, № 2 (додаток 1) ; Тематичний випуск «Університет і лідерство». – К. : Інститут вищої освіти НАПН України, 2017. – С. 65–68.

20. Коучинг як технологія формування професійної компетентності освітянина / О. О. Нежинська, В. М. Тименко // Збірник тез доповідей Всеукраїнської науково-практичної

конференції «Сучасні тенденції розвитку науки і освіти в умовах поглиблення євроінтеграційних процесів» (м. Мукачево, 17–18 травня 2017 р.) / Ред. Практикум коуч-діяльності 35 кол. : Т. Д. Щербан (гол. ред.) та ін. – Мукачево : Вид-во МДУ, 2017. – С. 194–196.

21. Ландсберг М. Коучинг. Повышайте собственную эффективность, мотивируя и развивая тех, с кем вы работаете / М. Ландсберг. – М. : Эксмо, 2004. – 160 с.

22. Максимов В. Е. Коучинг от А до Я. Возможно все / В. Е. Максимов. – СПб. : Речь, 2004. – 272 с.

23. Маслоу Абрахам Мотивация и личность. – 3-е изд. – СПб. и др. : Питер, 2003. – 352 с. – (Серия «Мастера психологии»)

24. Рейнольдс М. Коучинг : эмоциональная компетентность / Рейнольдс Марша ; пер. с англ. Центра поддержки корпоративного управления и бизнеса. – М. : Центр поддержки корпоративного управления и бизнеса, 2003. – 112 с. – (Серия «Коучинг из первых рук»).

25. Уитмор Дж. Внутренняя сила лидера : Коучинг как метод управления персоналом / Джон Уитмор. – М. : Альпина Паблишер, 2012. – 309 с. Допоміжна

26. Аткінсон М. Пошаговая система : Наука и искусство коучинга / Мэрилин Аткінсон, Рае Т. Чоис ; пер. с англ. – К. : Companion Group, 2010. – 256 с.

27. Бауэр М. Курс на лидерство : Альтернатива иерархической системе управления компанией / М. Бауэр ; пер. с англ. – М. : Альпина Паблишер, 2014. – 200 с.

28. Рыбина О. С. Образовательный коучинг для личной эффективности и профессиональной компетентности студентов / О. С. Рыбина // Актуальные вопросы современной педагогики : материалы международной научной конференции : материалы междунар. науч. конф. / под общ. ред. Г. Д. Ахметовой. – Уфа : Лето, 2011. – С. 112–114.

29. Селье Г. Стресс без дистресса / Ганс Селье, пер. с англ. – М. : Прогресс, 1982. – 126 с.

30. Семиченко В. А. Проблемы мотивации поведения и деятельности человека. Модульный курс психологии. Модуль «Направленность». (Лекции, практические занятия, задания для самостоятельной работы) / В. А. Семиченко. – К. : Миллениум, 2004. – 521 с. Костева Т. Б. 36

31. Уитворт Л. Коактивный коучинг / Л. Уитворт, Г. Кимси-Хаус, Ф. Сэндал. – Изд-во: Центр поддержки корпоративного управления и бизнеса, 2004. – 360 с.

32. Уитмор Дж. Коучинг высокой эффективности. Новый стиль менеджмента, развитие людей, высокая эффективность (Coaching for Performance: GROWing People, Performance and Purpose) / Джон Уитмор ; пер. с англ. – М. : Международная академия корпоративного управления и бизнеса, 2005. – 168 с.

33. Управлінське лідерство : виклики сьогодення : колективна монографія ; за заг. ред. В. В. Толкованова. – Хмельницький : ПП Мельник А. А., 2013. – 600 с.

34. Феррис Т. Как работать по 4 часа в неделю и при этом не торчать в офисе «от звонка до звонка», жить где угодно и богатеть / Т. Феррис ; пер. с англ. У. Сапцина. – М. : Добрая книга, 2014. – 424 с.

35. Зиммерль В. Коучинг : Вперёд, от ресурса к цели! / В. Зиммерль, К. Зиммерль. – СПб. : Издательство Вернера Регена, 2007. – 144 с. 36. Зырянова Н. М. Коучинг в обучении подростков / Н. М. Зырянова. – Вестник практической психологии образования. – 2004. – № 1. – С. 46–49.

36. Мильман В. Э. Мотивация творчества и роста : структура, диагностика, развитие / В. Э. Мильман. – М. : Миря и Ко, 2005. – 165 с. 134.

37. Каннио С. Мастерство коучинга. Лучшие практики в бизнескоучинге // С. Каннио, В. Лаунер. – Лондон, Мадрид, Нью-Йорк, Мехико, Барселона, Монтеррей, 2012. – 240 с.

38. Клаттербак Д. Командный коучинг на рабочем месте : технология создания самообучающейся организации / Дэвид Клаттербак ; пер. Ю. С. Титовой. – М. : Эксмо, 2008. – 288 с. – (HR-библиотека).

13. Інформаційні ресурси

1. www.nubip.edu.ua

2. <https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=4693>