

УТВЕРЖДАЮ
 Декан факультета

_____ Шматко А.Д.

« ____ » _____ 20__

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА КОУЧИНГА

| | |
|--|---|
| Направление/специальность подготовки | 37.05.02 Психология служебной деятельности |
| Специализация/профиль/программа подготовки | Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности |
| Уровень высшего образования | Специалитет |
| Форма обучения | Очная |
| Факультет | Р Международного промышленного менеджмента и коммуникации |
| Выпускающая кафедра | Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ |
| Кафедра-разработчик рабочей программы | Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ |

| КУРС | СЕМЕСТР | ОБЩАЯ ТРУДОЁМКОСТЬ (ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ) | ЧАСЫ (по наличию видов занятий) | | | | | | | | | ВИД ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ |
|------|---------|---|---------------------------------|--------------------|--------|---------------------------|-------------------------|------------------------|-----------------|-----------------|-------------------------------|--------------------------------|
| | | | ОБЩАЯ ТРУДОЁМКОСТЬ | АУДИТОРНЫЕ ЗАНЯТИЯ | | | | САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА | | | | |
| | | | | ВСЕГО | ЛЕКЦИИ | ЛАБОРАТОРНЫЙ ПРАКТИКУМ | ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ | ВСЕГО | КУРСОВОЙ ПРОЕКТ | КУРСОВАЯ РАБОТА | ДРУГИЕ ВИДЫ САМОСТ. РАБОТЫ | |
| 5 | 9 | 3 | 108 | 51 | 34 | 0 | 17 | 57 | 0 | 0 | 57 | диф. зач. |

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА СОСТАВЛЕНА В СООТВЕТСТВИИ С ТРЕБОВАНИЯМИ ФЕДЕРАЛЬНОГО
ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ (ФГОС ВО)

37.05.02 Психология служебной деятельности

год набора группы: 2025

Программу составили:

Кафедра Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ
Болотова Ольга Владимировна, к.п.н., доцент, доцент

Кафедра Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ
Карпенко Диана Алексеевна, к.п.н., доцент, доцент

Программа рассмотрена
на заседании кафедры-разработчика
рабочей программы **Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ**

Заведующий кафедрой Шматко А.Д., д.э.н., проф.

Программа рассмотрена
на заседании выпускающей кафедры

Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ

Заведующий кафедрой Шматко А.Д., д.э.н., проф.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА КОУЧИНГА

Разделы рабочей программы

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ
4. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ
6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Приложения к рабочей программе дисциплины

- Приложение 1. Аннотация рабочей программы
- Приложение 2. Технологии и формы обучения
- Приложение 3. Фонды оценочных средств

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций:

ПК-1 — Способен прогнозировать изменения, комплексно воздействовать на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека

Формированию компетенций служит достижение следующих результатов образования:

ПК-1

знания:

Обладает знаниями в области развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента;

умения:

Умеет прогнозировать изменения в различных сферах при психических отклонениях;

навыки:

Обладает навыками комплексно воздействовать на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО

Дисциплина **ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА КОУЧИНГА** является дисциплиной **части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1**, программы подготовки по направлению *37.05.02 Психология служебной деятельности*.

Содержание дисциплины является логическим продолжением дисциплин: **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ИНТЕРВЕНЦИЯ (РАЗВИТИЕ, КОРРЕКЦИЯ И РЕАБИЛИТАЦИЯ), ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**.

Содержание дисциплины является основой для освоения дисциплин: **ПРЕДДИПЛОМНАЯ ПРАКТИКА**.

Предварительные компетенции, сформированные у обучающегося до начала изучения дисциплины:

- ОПК-11 — Способен проводить работу по психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, осуществлять комплекс мер по социально-психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц, действовавших в экстремальных условиях
- ОПК-12 — Способен проводить работу по социальной реабилитации лиц, находящихся в ситуации социальной дезадаптации
- ОПК-14 — Способен использовать адекватные развивающие и коррекционные программы, осуществлять психологическую интервенцию с целью изменения негативных состояний лиц, находящихся в трудной жизненной ситуации, в том числе в
- УК-3 — Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели
- УК-6 — Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни
- УК-9 — Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

3.1. Содержание (дидактика) дисциплины

| КУРС | СЕМЕСТР | Наименование разделов и дидактических единиц | ВСЕГО | Аудиторные занятия в контактной форме | | | Самостоятельная работа студентов | Формируемая компетенция, % |
|----------------------------|---------|---|-------|---------------------------------------|--------|----------------------|----------------------------------|----------------------------|
| | | | | ВСЕГО | Лекции | Практические занятия | | ПК-1 |
| 5 | 9 | Раздел 1. Индивидуальный коучинг. Определение коучинга. Структура коучинговой работы Технологии коучинга Личность коуча Формулировка целей коучинга. Работа с сопротивлением в коучинге Подведение итогов и оценка эффективности коучинга. | 58 | 28 | 18 | 10 | 30 | 50 |
| 5 | 9 | Раздел 2. Групповой коучинг. Цели и задачи группового коучинга. Этапы группового коучинга. Модели и технологии проведения группового коучинга. Принципы и технологии работы коуча с группой: фасилитация и модерация. | 50 | 23 | 16 | 7 | 27 | 50 |
| Всего за 9 семестр | | | 108 | 51 | 34 | 17 | 57 | 100 |
| Всего по дисциплине | | | 108 | 51 | 34 | 17 | 57 | 100 |

3.2. Аудиторный практикум

| № п/п | Номер и наименование раздела дисциплины | Тема практического занятия | Объем, ауд. часов |
|--------------------|--|---|----------------------|
| 1 | Раздел 1. Индивидуальный коучинг. | Определение коучинга. Структура коучинговой работы | 2 |
| 2 | | Технологии коучинга | 2 |
| 3 | | Личность коуча | 2 |
| 4 | | Формулировка целей коучинга. | 2 |
| 5 | | Работа с сопротивлением в коучинге | 2 |
| 6 | Раздел 2. Групповой коучинг. | Модели и технологии проведения группового коучинга. | 2 |
| 7 | | Принципы и технологии работы коуча с группой: фасилитация и модерация. | 2 |
| 8 | | Цели и задачи группового коучинга. | 2 |
| 9 | | Этапы группового коучинга. | 1 |
| Всего за 9 семестр | | | 17 |

3.3. Самостоятельная работа студента (СРС)

| № п/п | Номер и наименование раздела дисциплины | Содержание учебного задания | Объем, часов |
|---------------------------|---|--|--------------|
| 1 | Раздел 1. Индивидуальный коучинг. | Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1 Выбор темы реферата и подбор литературы по теме реферата, сбор статистических данных по теме реферата | 30 |
| 2 | Раздел 2. Групповой коучинг. | Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 2. Обработка и анализ статистических данных по теме реферата. Написание и оформление реферата. Подготовка презентации по проведенному исследованию | 27 |
| Всего за 9 семестр | | | 57 |

4. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| СЕМЕСТР | НЕДЕЛИ СЕМЕСТРА | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|-----------------|-----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 9 | Реф | Реф | Реф | Реф | Реф | ДР | Реф | Реф | Реф | ДР | Реф | Реф | Реф | Реф | Реф | ДР | Вопр.Диф.Зач, диф. зач. |

Условные обозначения:

- ДР – диагностическая работа;
- Реф – реферат;
- Вопр.Диф.Зач – вопросы к дифференцированному зачету;
- диф. зач. – дифференцированный зачет.

Текущий контроль успеваемости студентов проводится в дискретные временные интервалы в следующих формах:

- диагностическая работа;
- реферат;
- вопросы к дифференцированному зачету.

Промежуточная аттестация проводится в формах:

- дифференцированный зачет.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература по дисциплине:

1. . Консультирование и коучинг персонала в организации. Москва: Юрайт, 2020, эл. рес.

5.2. Дополнительная литература по дисциплине:

не требуется.

5.3. Периодические издания:

1. Социальные и гуманитарные знания.

5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины, электронные библиотечные системы:

1. <https://urait.ru/bcode/476956> — Персональный менеджмент — Образовательная платформа «Юрайт». Для вузов и ссузов.;
2. <https://urait.ru/bcode/477238> — Коучинг в бизнесе — Образовательная платформа «Юрайт». Для вузов и ссузов.;
3. <https://urait.ru/bcode/471312> — Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг — Образовательная платформа «Юрайт». Для вузов и ссузов..

Современные профессиональные базы данных:

1. <https://rusneb.ru> – Национальная электронная библиотека (НЭБ);
2. <https://cyberleninka.ru/> - Научная электронная библиотека «Киберленинка»;
<http://www.rfbr.ru/rffi/ru/library> - Полнотекстовая электронная библиотека Российского фонда фундаментальных исследований.

Информационные справочные системы:

1. Техэксперт – Информационный портал технического регулирования: Нормы, правила, стандарты РФ;
2. http://library.voenmeh.ru/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=457 - БД ГОСТов собственной генерации БГТУ "ВОЕНМЕХ" им. Д. Ф. Устинова;
3. <http://www.consultant.ru/>- КонсультантПлюс- информационный портал правовой информации.

5.5. Программное обеспечение:

1. Google Chrome.

5.6. Информационные технологии:

взаимодействие с обучающимися посредством ЭИОС Moodle БГТУ «ВОЕНМЕХ» им. Д.Ф. Устинова.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Лекционные занятия:

1. Интерактивная доска;
2. Проектор;
3. Google Chrome.

6.2. Практические занятия:

1. Проектор;
2. Интерактивная доска.

6.3. Прочее:

1. рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет;
2. рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

Аннотация рабочей программы

Дисциплина **ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА КОУЧИНГА** является дисциплиной **части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1**, программы подготовки по направлению *37.05.02 Психология служебной деятельности*. Дисциплина реализуется на факультете *Р* Международного промышленного менеджмента и коммуникации БГТУ "ВОЕНМЕХ" им. Д.Ф. Устинова кафедрой **Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ**.

Дисциплина нацелена на формирование *компетенций*:

ПК-1 Способен прогнозировать изменения, комплексно воздействовать на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с теоретическими и практическими аспектами коучинга: Определение коучинга. Структура коучинговой работы. Технологии коучинга. Личность коуча. Формулировка целей коучинга. Работа с сопротивлением в коучинге. Подведение итогов и оценка эффективности коучинга. Цели и задачи группового коучинга. Этапы группового коучинга. Модели и технологии проведения группового коучинга. Принципы и технологии работы коуча с группой: асилитация и модерация.

Программой дисциплины предусмотрены следующие **виды контроля**:

Текущий контроль успеваемости студентов проводится в дискретные временные интервалы в следующих формах:

- диагностическая работа;
- реферат;
- вопросы к дифференцированному зачету.

Промежуточная аттестация проводится в формах:

- дифференцированный зачет.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет **3 з.е., 108 ч.** Программой дисциплины предусмотрены лекционные занятия (**34 ч.**), практические занятия (**17 ч.**), самостоятельная работа студента (**57 ч.**).

ТЕХНОЛОГИИ И ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Рекомендации по освоению дисциплины для студента

Трудоемкость освоения дисциплины составляет 108 ч., из них 51 ч. аудиторных занятий, и 57 ч., отведенных на самостоятельную работу студента.

Рекомендации по распределению учебного времени по видам самостоятельной работы и разделам дисциплины приведены в таблице.

Контроль освоения дисциплины производится в соответствии с Положением о текущем, рубежном контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Формы контроля и критерии оценивания приведены в приложении 3 к Рабочей программе.

| Наименование работы | Рекомендуемая литература | Трудоемкость, час. |
|--|---|--------------------|
| Раздел 1. Индивидуальный коучинг. | | |
| Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1 Выбор темы реферата и подбор литературы по теме реферата, сбор статистических данных по теме реферата | . Консультирование и коучинг персонала в организации: Москва: Юрайт, 2020 (1) | 30 |
| Итого по разделу 1 | | 30 |
| Раздел 2. Групповой коучинг. | | |
| Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 2. Обработка и анализ статистических данных по теме реферата. Написание и оформление реферата. Подготовка презентации по проведенному исследованию | . Консультирование и коучинг персонала в организации: Москва: Юрайт, 2020 (2) | 27 |
| Итого по разделу 2 | | 27 |

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств, позволяющие оценить результаты обучения по данной дисциплине, включают в себя:

- диагностическая работа
- реферат;
- вопросы к дифференцированному зачету;
- дифференцированный зачет.

Критерии оценивания

Диагностическая работа

Диагностическая работа проводится в форме теста в ЭИОС Moodle:

- при правильном ответе менее чем на 60% вопросов - не аттестация;
- при правильном ответе на 60% вопросов и более - аттестация.

Реферат

Темы рефератов:

1. Понятие и цели коучинга. Категориальный аппарат коучинга.
2. Методические основы коучинга, отличие от консультирования, тренинга, психотерапии и т.д.
3. Содержательные особенности коучинга в организации. Виды и задачи коучинга.
4. Факторы профессионального этикета консультативной практики.
5. Этапы коучинга
6. Основные техники и процедуры коучинга.
7. Профессионально важные качества коуча-консультанта.
8. Коучинг личных и личностных проблем.
9. . Общая характеристика психологических типов клиентов life-skills коучинга
10. Коучинг как управленческое консультирование: понятие, предмет, задачи
11. Основные вопросы делового коучинга.
12. Карьерный коучинг
13. Психологическая помощь объекту психологического преследования (моббинга) на работе.
14. Психологическая помощь работнику в связи с профессиональным выгоранием.
15. Психологическая защита коуча-консультанта: понятие и особенности.

Выполнение реферата следует проводить в три этапа:

первый этап: сбор научной литературы по теме реферата (не менее 25 источников); подбор информации по теме реферата за последние три-пять лет; формирование содержания реферата;

второй этап: написание первого раздела реферата, посвященного теоретическим аспектам выбранной темы; анализ данных, оформление проделанного анализа в виде таблиц, графиков, диаграмм; написание второго раздела реферата, посвященного текущему состоянию анализируемого предмета исследования; написание введения и заключения реферата;

третий этап: окончательное оформление реферата в соответствии с требованиями ГОСТ 7.32-2017 «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Отчет о научно-исследовательской работе. Структура и правила оформления»; подготовка презентации MS Power Point для краткого доклада об основных достижениях в процессе проведенного исследования.

Оценка за реферат осуществляется по 4-балльной шкале:

Оценка «отлично» выставляется, если работа студента написана грамотным научным языком, имеет четкую структуру и логику изложения, точка зрения студента обоснованна, в работе присутствуют ссылки на примеры из практики, мнения известных ученых в данной области. Студент работе выдвигает новые идеи и трактовки, демонстрирует способность анализировать материал.

Оценка «хорошо» выставляется, если работа студента написана грамотным научным языком, имеет четкую структуру и логику изложения, точка зрения студента обоснованна, в работе присутствуют ссылки на примеры из практики, мнения известных ученых в данной области.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент выполнил задание, однако не продемонстрировал способность к научному анализу, не высказывал в работе своего мнения, допустил ошибки в логическом обосновании своего ответа.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент не выполнил задание, или выполнил его

формально, ответил на заданный вопрос, при этом не ссылаясь на мнения учёных, не высказывал своего мнения, не проявил способность к анализу, то есть в целом цель реферата не достигнута.

Вопросы к дифференцированному зачету

1. Понятие коучинга. Отличие коучинга от консультирования и психотерапии.
2. Элементы коучинга.
3. Принципы коучинга.
4. Формулировка целей коучинга. Применение схемы SMART (требований к целям). Уровни целей.
5. Этапы коучинга.
6. Структура коучинговой сессии.
7. Личность коуча: требования к личности коуча, личностные ограничения.
8. Личность ведомого: основные характеристики ведомого (главные и вспомогательные).
9. Фаза заключения контракта в коучинге: основные задачи и техники.
10. Вторая фаза коучинга — планирование деятельности. Задачи фазы планирования.
11. Работа с сопротивлением ведомого.
12. Работа с триангуляцией в коучинге.
13. Поддержание контакта в связке «коуч — ведомый». Индикаторы состояния контакта.
14. Исследование ситуации и препятствий на пути достижения цели.
15. Планирование шагов по достижению целей и сроков их исполнения.
16. Критерии использования коучинга по ходу деятельности.
17. Задачи коучинга по ходу деятельности.
18. Фаза подведения итогов в коучинге.
19. Подведение итогов коучинга с «трудными» клиентами.
20. Критерии эффективности коучинга.
21. Основные сферы применения коучинга.

Дифференцированный зачет

Оценочные требования к дифференцированному зачету:

- оценка ОТЛИЧНО – студент свободно, достаточно подробно излагает материал, демонстрирует понимание процессов по всем вопросам, пользуется специальной профессиональной терминологией;
- оценка ХОРОШО – студент, в целом, владеет материалом, но недостаточно полно и уверенно демонстрирует понимание процессов по вопросам, редко пользуется профессиональными терминами;
- оценка УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО – студент слабо владеет материалом, с трудом понимает процессы по вопросам, специальной профессиональной терминологией практически не пользуется.
- оценка НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО – студент не в состоянии изложить материал и выразить понимание процессов по вопросам.

Паспорт фонда оценочных средств

| КУРС | СЕМЕСТР | Наименование разделов и дидактических единиц | ВСЕГО | Аудиторные занятия в контактной форме | | | Самостоятельная работа студентов | Формируемая компетенция, % | НАИМЕНОВАНИЕ ОЦЕНОЧНОГО СРЕДСТВА |
|---------------------|---------|--|-------|---------------------------------------|--------|----------------------|----------------------------------|----------------------------|---|
| | | | | ВСЕГО | Лекции | Практические занятия | | ПК-1 | |
| 5 | 9 | Раздел 1. Индивидуальный коучинг. | 58 | 28 | 18 | 10 | 30 | 50 | Реферат |
| 5 | 9 | Раздел 2. Групповой коучинг. | 50 | 23 | 16 | 7 | 27 | 50 | Реферат, Вопросы к дифференцированному зачету |
| Всего за 9 семестр | | | 108 | 51 | 34 | 17 | 57 | 100 | |
| Всего по дисциплине | | | 108 | 51 | 34 | 17 | 57 | 100 | |

Оценочные материалы по дисциплине ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА КОУЧИНГА

ПК-1 - Способен прогнозировать изменения, комплексно воздействовать на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека

№ 1 Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Основная задача коуча:

А) поддерживать у личности интерес к самообучению;

Б) поддерживать у личности уверенность в своих силах, сформировать у них адекватную самооценку;

И) поддерживать у личности желание примкнуть к группе.

№ 2 Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Какие из перечисленных принципов являются базовыми в коучинге?

1Директивность (коуч дает четкие указания клиенту)

2Ориентация на решение, а не на проблему

3Использование исключительно психоаналитических техник

4Вера в потенциал и ресурсы клиента

5Акцент на прошлых травмах клиента

№ 3 Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Проектирование совместных дел, обсуждение планов на будущее и для мини-форсайтов. Каждый уровень связан с другими и влияет на них с разной степенью интенсивности — в зависимости от близости к вершине пирамиды. Какой метод описан коуч-технологии?

А) Пирамида логических уровней

Б) Техника "что если?"

В) Техника стратегии Уолта Диснея.

Г) Колесо знаний

№ 4 Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Технология: Включение творческого разума предполагает:

А) использовать способ 3 ключевых высказывания.

Б) использовать способ 6 шляп.

В) использовать способ 5 шагов к успеху.

№ 5 Прочитайте текст и установите последовательность

Какова правильная последовательность этапов системы коуч-сессии:

А) система опыт - рефлексия - вывод - действие

Б) система опыт - действие - вывод - рефлексия

В) система рефлексия - действие - вывод - рефлексия

№ 6 Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

Разработайте план коучинговой сессии с использованием модели GROW для клиента, который хочет повысить продуктивность на работе, но испытывает трудности с тайм-менеджментом.

- № 7 Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Какие техники относятся к классическим инструментам коучинга?

- 1 Метод "Шкалирования" (оценка по 10-балльной шкале)
- 2 Гипнотерапия
- 3 Вопросы типа "Что еще?" для расширения вариантов
- 4 Интерпретация сновидений
- 5 Техника "Колесо жизненного баланса"

- № 8 Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Какой основной вопрос задает коуч в технике "Модель GROW"?

"Почему у вас возникла эта проблема?"

"Каков ваш идеальный результат?"

"Как ваше детство повлияло на текущую ситуацию?"

"Какие лекарства вы принимаете?"

"Кто виноват в ваших неудачах?"

- № 9 Прочитайте текст и установите последовательность

Расположите этапы коучинговой сессии по модели GROW в правильном порядке:

- 1 Reality (Анализ текущей реальности)
- 2 Will (Определение действий и обязательств)
- 3 Options (Поиск возможных решений)
- 4 Goal (Постановка цели)

- № 10 Прочитайте текст и установите соответствие

Установите соответствие между коучинговыми инструментами и их описаниями:

**Коучинговый
инструмент**

Описание

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1. Колесо жизненного баланса | А. Техника визуализации приоритетных сфер жизни с оценкой удовлетворённости |
| 2. Шкалирование | Б. Метод исследования альтернативных вариантов через вопрос "Что ещё?" |
| 3. Техника "Что ещё?" | В. Оценка прогресса по 10-балльной шкале |
| 4. Модель GROW | Г. Структурная схема проведения коучинговой сессии |

- № 11 Прочитайте текст и установите соответствие

Установите соответствие между видами коучинга и их ключевыми характеристиками:

Вид коучинга

Характеристика

- | | |
|-----------------------|---|
| 1. Лайф-коучинг | А. Фокусируется на развитии карьерных компетенций и профессиональных навыков |
| 2. Бизнес- коучинг | Б. Помогает клиенту достичь баланса между личной и профессиональной жизнью |

| Вид коучинга | Характеристика |
|---------------------------|---|
| 3. Карьерный коучинг | В. Направлен на раскрытие личностного потенциала и достижение жизненных целей |
| 4. Исполнительный коучинг | Г. Работает с топ-менеджерами над развитием лидерских качеств |

№ 12 Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

Опишите ключевые различия между коучингом и психологическим консультированием.
Приведите примеры ситуаций, когда целесообразно применять каждый из этих подходов.