



**ЗИГМУНД ФРОЙД УНІВЕРСИТЕТ УКРАЇНА
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

ЗАТВЕРДЖЕНО
Вченою радою університету

Протокол №10 від
«11» червня 2025 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
КОУЧІНГ В ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

Освітній рівень: Перший (бакалаврський)

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

Спеціальність: С4 Психологія

Освітньо-професійна програма "Психологія"

Статус дисципліни: вибіркова

Форма навчання: денна

<u>Форма навчання</u>	<u>Курс</u>	<u>Семестр</u>	<u>Лекції (год.)</u>	<u>Практичні (год.)</u>	<u>Самостійна робота студента (год.)</u>	<u>Разом (год.)</u>	<u>Залік (сем.)</u>
<u>Денна</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>20</u>	<u>14</u>	<u>56</u>	<u>90</u>	<u>3</u>

Робоча програма розроблена на основі освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів в галузі С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини», Спеціальність: С4 Психологія, затвердженої вченою радою ЗФУУ (протокол № 10 від «11» червня 2025 року).

Програму навчальної дисципліни розробив:

Доктор психологічних наук,
професор кафедри психології


(підпис)

М. Максимов

Робочу програму обговорено та затверджено на засіданні кафедри психології

Протокол № 9 від «21» травня 2025 року

Завідувач кафедри психології


(підпис)

І. Клименко

Гарант ОПП «Психологія»


(підпис)

І. Клименко

Пролонговано:

на 20__ /20__ н.р.	(підпис)	(ПІБ)	), “__”	20__	р., протокол №__
на 20__ /20__ н.р.	(підпис)	(ПІБ)	), “__”	20__	р., протокол №__
на 20__ /20__ н.р.	(підпис)	(ПІБ)	), “__”	20__	р., протокол №__
на 20__ /20__ н.р.	(підпис)	(ПІБ)	), “__”	20__	р., протокол №__

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, ОПП, ступень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни		
		Денна форма навчання		
Кількість кредитів - 3	Галузь знань – С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»	Статус дисципліни вибіркова Мова навчання Українська		
Змістових модулів - 2	Спеціальність: С4 Психологія Освітньо-професійна програма «Психологія»	Рік підготовки		
		2-й		
		Семестр		
			3-й	
Загальна кількість кредитів/годин - 3/90		Лекції (год.)		
		20		
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних - 2 год.;	Ступень вищої освіти - Бакалавр	Практичні(год.)		
		14		
		Самостійна робота(год.)		
		56		
		Всього		
		90		
		Вид контролю		
		Залік		

2.1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення дисципліни є формування у здобувачів вищої освіти системного уявлення про коучінг як сучасну технологію психологічного консультування, розвиток умінь застосовувати коучингові методи для підтримки клієнтів у процесі самопізнання, постановки цілей та досягнення особистісних і професійних результатів.

2.2. Завдання вивчення дисципліни.

Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни «Коучінг в психологічному консультуванні» є:

- ознайомлення студентів з теоретичними засадами коучінгу та його місцем у системі психологічної допомоги;
- формування знань про методи, техніки та інструменти коучінгу в консультуванні;
- розвиток практичних навичок проведення коучингових сесій та використання стратегій підтримки клієнта;
- виховання здатності до етичної та професійної взаємодії у процесі коучінгу;
- забезпечення готовності інтегрувати коучингові підходи у різні сфери психологічної практики.

2.3. Передумови для вивчення дисципліни.

Для ефективного засвоєння матеріалу студент повинен володіти знаннями, уміннями та навичками, отриманими під час вивчення таких курсів:

Пререквізити:

- Психологія особистості — досліджує структуру, динаміку та індивідуальні особливості психіки людини, що визначають її поведінку та розвиток.
- Психодіагностика — вивчає методи та інструменти дослідження психічних процесів, властивостей і станів особистості.
- Вікова психологія — аналізує закономірності психічного розвитку людини на різних етапах онтогенезу.
- Загальна психологія — розглядає базові закономірності психічної діяльності, її структуру, функції та розвиток.

Постреквізити: (дисципліни, що вивчаються після курсу)

Після опанування дисципліни «Коучінг в психологічному консультуванні» студенти отримують базові знання та навички, необхідні для подальшого вивчення і практичного застосування в таких курсах:

- Індивідуальна та групова терапія — досліджує методи психологічної допомоги окремій особі та групі для подолання труднощів і розвитку особистості.
- Дані та їх аналіз у психології — вивчає способи збору, обробки та інтерпретації психологічної інформації для наукових і практичних висновків.
- Основи психологічного консультування — розглядає принципи, методи та етапи надання психологічної підтримки клієнтам у різних життєвих ситуаціях.
- Травмофокусоване психологічне консультування — спрямоване на допомогу клієнтам у подоланні наслідків психотравм та відновленні психологічного благополуччя.

3. Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Теоретичні основи коучінгу

Тема 1. Предмет, мета та завдання коучінгу в психологічному консультуванні

Коучінг розглядається як сучасна технологія психологічної допомоги, спрямована на розвиток потенціалу клієнта. Вивчаються його основні цілі — підтримка самопізнання, постановки цілей та досягнення результатів. Особлива увага приділяється відмінностям коучінгу від інших форм психологічної практики.

Тема 2. Історія становлення та розвиток коучінгу

Аналізуються витоки коучінгу, його еволюція від бізнес-середовища до психологічного консультування. Розглядаються ключові етапи розвитку та

поширення коучингових практик у світі й Україні. Підкреслюється значення історичного досвіду для сучасної практики.

Тема 3. Теоретичні моделі та підходи до коучінгу

Вивчаються основні концепції коучінгу: когнітивно-поведінковий, гуманістичний, системний та інтегративний підходи. Аналізуються їхні переваги та обмеження у практичному застосуванні. Акцент робиться на виборі моделі відповідно до потреб клієнта.

Тема 4. Психологічні механізми коучингової взаємодії

Розглядаються процеси мотивації, саморефлексії та формування цілей у клієнта. Вивчається роль довіри, емпатії та активного слухання у коучинговій сесії. Підкреслюється значення психологічної підтримки для досягнення результатів.

Тема 5. Етичні засади та професійні стандарти коучінгу

Аналізуються принципи етичної взаємодії між коучем і клієнтом. Розглядаються питання конфіденційності, відповідальності та професійних меж. Вивчаються міжнародні стандарти та кодекси етики коуча.

Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти коучінгу

Тема 6. Техніки постановки цілей та планування

Вивчаються методи SMART-цілей, стратегічного планування та поетапного досягнення результатів. Аналізується роль коуча у допомозі клієнту визначити пріоритети. Підкреслюється значення чіткої структури для успішної роботи.

Тема 7. Методи розвитку особистісного потенціалу клієнта

Розглядаються техніки самопізнання, підвищення самооцінки та формування впевненості. Вивчаються інструменти розвитку навичок саморегуляції та стресостійкості. Акцент робиться на підтримці клієнта у процесі особистісного зростання.

Тема 8. Проведення коучингової сесії: структура та етапи

Аналізується послідовність роботи коуча з клієнтом: встановлення контакту, визначення проблеми, постановка цілей, пошук рішень та підбиття підсумків. Розглядаються практичні приклади проведення сесій. Підкреслюється значення гнучкості та адаптивності коуча.

Тема 9. Використання коучінгу у груповому консультуванні

Вивчаються особливості роботи з групами, методи фасилітації та командного коучінгу. Аналізуються переваги групової взаємодії для досягнення спільних цілей. Розглядаються приклади застосування коучінгу у професійних колективах.

Тема 10. Сучасні напрями розвитку коучінгу в психологічній практиці

Аналізуються новітні тенденції — цифровий коучінг, онлайн-сесії, інтеграція з психотерапією та консультуванням. Розглядаються перспективи розвитку коучінгу в освіті, бізнесі та соціальній сфері. Підкреслюється значення інновацій для підвищення ефективності практики.

4. Структура залікового кредиту з дисципліни

Назви змістовних модулів і тем практичних занять	Кількість годин			
	денна форма			
	усього	у тому числі		
		л.	пр.	с.р.
Змістовий модуль 1. Теоретичні основи коучінгу				
Тема 1. Предмет, мета та завдання коучінгу в психологічному консультуванні	10	2	2	6
Тема 2. Історія становлення та розвиток коучінгу	10	2	2	6
Тема 3. Теоретичні моделі та підходи до коучінгу	10	2	2	6
Тема 4. Психологічні механізми коучингової взаємодії	10	2	2	6
Тема 5. Етичні засади та професійні стандарти коучінгу	9	2	1	6
Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти коучінгу				
Тема 6. Техніки постановки цілей та планування	9	2	1	6
Тема 7. Методи розвитку особистісного потенціалу клієнта	8	2	1	5
Тема 8. Проведення коучингової сесії: структура та етапи	8	2	1	5
Тема 9. Використання коучінгу у груповому консультуванні	8	2	1	5
Тема 10. Сучасні напрями розвитку коучінгу в психологічній практиці	8	2	1	5
Усього:	90	20	14	56

5. Тематика практичних занять з дисципліни

Змістовий модуль 1. Теоретичні основи коучінгу

Тема 1. Аналіз предмета та завдань коучінгу в консультуванні

- Охарактеризуйте сутність коучінгу як психологічної практики.
- Назвіть основні завдання коучінгу у консультуванні.
- Зазначте відмінності коучінгу від психотерапії та наставництва.

Тема 2. Історичні етапи становлення коучінгу

- Опишіть розвиток коучінгу у світі та в Україні.
- Перелічіть ключові етапи поширення коучингових практик.
- Розкрийте значення історичного досвіду для сучасної психології.

Тема 3. Теоретичні моделі та підходи до коучінгу

- Охарактеризуйте когнітивно-поведінковий та гуманістичний підходи.
- Назвіть переваги та обмеження різних моделей.
- Запропонуйте приклади застосування інтегративного підходу.

Тема 4. Психологічні механізми коучингової взаємодії

- Опишіть роль мотивації та саморефлексії у коучінгу.
- Перелічіть чинники ефективної взаємодії між коучем і клієнтом.
- Розкрийте значення емпатії та довіри у процесі роботи.

Тема 5. Етичні засади та стандарти коучінгу

- Охарактеризуйте основні принципи етики коуча.
- Назвіть вимоги конфіденційності та професійних меж.
- Зазначте міжнародні стандарти та кодекси етики.

Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти коучінгу

Тема 6. Техніки постановки цілей та планування

- Опишіть метод SMART-цілей.
- Перелічіть інструменти стратегічного планування.
- Запропонуйте приклади поетапного досягнення результатів.

Тема 7. Методи розвитку особистісного потенціалу клієнта

- Охарактеризуйте техніки самопізнання та саморегуляції.
- Назвіть способи підвищення самооцінки та впевненості.
- Розкрийте значення стресостійкості у процесі розвитку.

Тема 8. Проведення коучингової сесії: структура та етапи

- Опишіть послідовність проведення коучингової сесії.
- Перелічіть основні етапи взаємодії з клієнтом.
- Запропонуйте приклади практичних ситуацій у роботі коуча.

Тема 9. Коучінг у груповому консультуванні

- Охарактеризуйте особливості групового коучінгу.
- Назвіть методи фасилітації та командної взаємодії.
- Розкрийте переваги групової роботи для досягнення цілей.

Тема 10. Сучасні напрями розвитку коучінгу

- Опишіть новітні тенденції у сфері коучінгу.
- Перелічіть приклади застосування коучінгу в освіті, бізнесі та соціальній сфері.
- Запропонуйте перспективні напрями інтеграції коучінгу з іншими практиками.

6. Тематика самостійних занять з дисципліни

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Аналіз предмета та завдань коучінгу в консультуванні 1. Скласти конспект ключових понять і категорій коучінгу. 2. Порівняти мету коучінгу та психотерапії. 3. Підготувати приклади сфер застосування коучінгу	6
2	Тема 2. Історичні етапи становлення коучінгу 1. Ознайомитися з історією розвитку коучінгу у світі. 2. Вивчити особливості становлення коучінгу в Україні. 3. Підготувати короткий огляд ключових етапів поширення практики	6
3	Тема 3. Теоретичні моделі та підходи до коучінгу 1. Охарактеризувати когнітивно-поведінковий та гуманістичний підходи. 2. Порівняти інтегративну та системну моделі коучінгу. 3. Підготувати приклади застосування різних моделей у практиці.	6
4	Тема 4. Психологічні механізми коучингової взаємодії 1. Проаналізувати роль мотивації та саморефлексії у роботі клієнта. 2. Вивчити значення емпатії та довіри у коучинговій сесії. 3. Підготувати приклади застосування активного слухання.	6
5	Тема 5. Етичні засади та стандарти коучінгу 1. Ознайомитися з міжнародними кодексами етики коуча. 2. Вивчити принципи конфіденційності та професійних меж. 3. Підготувати приклади етичних дилем у практиці коучінгу. 4.	6
6	Тема 6. Техніки постановки цілей та планування 1. Опрацювати метод SMART-цілей. 2. Скласти приклад плану досягнення мети клієнта. 3. Порівняти різні техніки стратегічного планування.	6
7	Тема 7. Методи розвитку особистісного потенціалу клієнта 1. Вивчити техніки самопізнання та саморегуляції. 2. Підготувати вправи для підвищення самооцінки. 3. Проаналізувати методи розвитку стресостійкості.	5
8	Тема 8. Проведення коучингової сесії: структура та етапи 1. Ознайомитися з етапами проведення коучингової сесії. 2. Скласти алгоритм роботи коуча з клієнтом. 3. Підготувати приклади практичних ситуацій для тренування.	5
9	Тема 9. Коучінг у груповому консультуванні 1. Вивчити методи фасилітації групових процесів. 2. Підготувати приклади командного коучінгу. 3. Проаналізувати переваги та обмеження групової роботи.	5
10	Тема 10. Сучасні напрями розвитку коучінгу 1. Ознайомитися з тенденціями цифрового та онлайн-коучінгу. 2. Вивчити приклади інтеграції коучінгу з психотерапією. 3. Підготувати пропозиції щодо перспектив розвитку коучінгу в Україні.	5
Всього		56

7. Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

У процесі вивчення дисципліни «Коучінг в психологічному консультуванні» використовуються наступні методи оцінювання навчальної роботи студентів:

- стандартизовані тести;
- поточне опитування;
- залікове модульне тестування та опитування;
- реферати, презентації;
- залік

8. Критерії, форми поточного та підсумкового контролю

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни «Коучінг в психологічному консультуванні» визначається як середньозважена величина, залежно від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

Модуль 1		Модуль 2	
40%	10%	40%	10%
Поточне оцінювання	Модульний контроль 1	Поточне оцінювання	Модульний контроль 2
Оцінка за поточне оцінювання визначається як середнє арифметичне з оцінок, отриманих під час занять (5 занять, 5 тем – 5 оцінок). 2.Модульний контроль 1 проводиться на 4 занятті. Оцінка за Модульний контроль 1 виставляється на підставі виконання письмового завдання.		Оцінка за поточне оцінювання визначається як середнє арифметичне з оцінок, отриманих під час занять (5 занять, 5 тем – 5 оцінок). 2.Модульний контроль 2 проводиться на останньому практичному занятті. Оцінка за Модульний контроль 2 виставляється на підставі виконання письмового завдання.	

Усі форми контрольних заходів та критерії оцінювання здобувачів зазначенні в положенні університету про оцінювання результатів вивчення навчальної дисципліни.

Шкала оцінювання

За шкалою університету	За національною шкалою	За шкалою ECTS
90-100	відмінно	A (відмінно)
85-89	добре	B (дуже добре)
75-84		C (добре)
65-74	задовільно	D (задовільно)
60-64		E (достатньо)
35-59	незадовільно	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1-34		F (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)

9. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

№ п/п	Найменування	Номер теми
1	Мультимедійний проектор	1-10
2	Проекційний екран	
3	Комунікаційне програмне забезпечення (Google Chrome, Firefox)	
4	Наявність доступу до мережі Інтернет	
5	Персональні комп'ютери, ноутбук.	
6	Комунікаційне програмне забезпечення (Zoom) для проведення занять у режимі он-лайн (за необхідності)	
7	Комунікаційна навчальна платформа (Moodle) для організації дистанційного навчання (за необхідності)	
8	Програмне забезпечення: ОС Windows	

10. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основні:

1. Карамушка Л.М. *Організаційна психологія та коучінг: навчальний посібник*. – Київ: Либідь, 2018. – 280 с.
2. Бондарчук О.І. *Коучінг у психологічному консультуванні*. – Київ: УМО НАПН України, 2020. – 220 с.
3. Кокун О.М. *Психологія професійної діяльності та коучінг*. – Київ: Педагогічна думка, 2019. – 240 с.
4. Чепелева Н.В. *Коучінг як технологія психологічної допомоги*. – Київ: Інститут психології НАПН України, 2021. – 210 с.
5. Креденцер О.В. *Методи та техніки коучінгу в консультуванні*. – Київ: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2022. – 198 с.
6. Васютинський В.О. *Психологія взаємодії та коучінг*. – Київ: ІСПП НАПН України, 2020. – 300 с.
7. Зливков В.Л. *Теоретичні основи коучінгу*. – Київ: Інститут психології НАПН України, 2022. – 220 с.
8. Терещенко К.В. *Коучінг у практиці психологічного консультування*. – Київ: УМО НАПН України, 2023. – 200 с.
9. Бондарчук О.І., Карамушка Л.М. *Коучінг в освітніх організаціях*. – Київ: Педагогічна думка, 2021. – 280 с.
10. Чубіна Т.Д. *Коучінг як інструмент розвитку особистості*. – Черкаси: ЧПБ НУЦЗ України, 2024. – 172 с.

Додаткові:

1. Жарікова С.Б., Научитель О.Д. *Коучінг у професійній діяльності: навчальний посібник*. – Харків: ХАІ, 2021. – 77 с.
2. Карамушка Л.М. *Коучінг та психологія управління*. – Київ: Либідь, 2019. – 320 с.
3. Бондарчук О.І. *Коучінг персоналу: психологічні аспекти*. – Київ: УМО НАПН України, 2022. – 256 с.

4. Кокур О.М. *Коучінг і професійна адаптація*. – Київ: Педагогічна думка, 2020. – 180 с.
5. Креденцер О.В. *Організаційна поведінка та коучінг*. – Київ: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2021. – 190 с.
6. Чепелева Н.В. *Коучінг і корпоративна культура*. – Київ: Інститут психології НАПН України, 2022. – 175 с.
7. Васютинський В.О. *Соціально-психологічні аспекти коучінгу*. – Київ: ІСПП НАПН України, 2021. – 220 с.
8. Зливков В.Л. *Коучінг та організаційні зміни*. – Київ: Інститут психології НАПН України, 2023. – 210 с.
9. Терещенко К.В. *Коучінг у кадровому менеджменті*. – Київ: УМО НАПН України, 2022. – 240 с.
10. Карамушка Л.М. (ред.). *Коучінг та економічна психологія*. – Київ: Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, 2023. – 280 с.

Інформаційні ресурси:

1. Офіційний сайт Української спілки психотерапевтів — <https://www.usp.org.ua>
2. Професійний портал психологів України — <https://www.psychologist.org.ua>
3. Портал психологічних тренінгів та освітніх програм — <https://www.training.com.ua>
4. American Psychological Association (APA): *Training and Development Resources* — <https://www.apa.org>
5. ResearchGate – стаття «Феноменологічний метод і філософія психіатрії: історія та перспективи взаємодії» [researchgate.net](https://www.researchgate.net)
6. Наукові записки НаУКМА – «Феноменологічний метод і філософія психіатрії» (PDF) НаУКМА – Наукові записки ekmair.ukma.edu.ua
7. UM.co.ua – навчальні матеріали «Феноменологічна психологія, психіатрія і психотерапія» um.co.ua
8. Stanford Encyclopedia of Philosophy – стаття «Phenomenology» plato.stanford.edu (англомовний ресурс, фундаментальний огляд феноменології).
9. APA PsycNet – статті з феноменологічної психології та психотерапії psycnet.apa.org
10. SpringerLink – сучасні дослідження у феноменологічній психіатрії та психології link.springer.com
11. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського — nbuv.gov.ua
12. Українська асоціація коучів — uacoach.org.ua