

ЗИГМУНД ФРОЙД УНІВЕРСИТЕТ УКРАЇНА
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

ЗАТВЕРДЖЕНО
Вченою радою університету
Протокол №10 від
«11» червня 2025 р.

КОУЧІНГ В ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

СИЛАБУС

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>

1. Загальна інформація про викладача (лектора, асистента).

Микола Максимов

Доктор психологічних наук, професор кафедри психології ЗФУУ

Контактна інформація: e-mail: mykola.maksymov@usfu.edu.ua

2. Назва, код дисципліни і кількість кредитів

На вивчення навчальної дисципліни «Коучінг в психологічному консультуванні» відводиться 90 годин 3 кредити ЄКТС.

3. Час і місце проведення навчальної дисципліни

Вивчення здійснюється протягом 3 семестру на 2-ому курсі навчання.

4. Пререквізити і постреквізити навчальної 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.

5. Характеристика навчальної дисципліни

Дисципліна спрямована на формування у здобувачів вищої освіти системного уявлення про коучінг як сучасну технологію психологічної допомоги. Вона поєднує теоретичні знання та практичні навички, необхідні для застосування коучингових методів у процесі консультування клієнтів.

Курс охоплює вивчення історії становлення коучінгу, його моделей та підходів, психологічних механізмів взаємодії між коучем і клієнтом, а також етичних стандартів професійної діяльності. Значна увага приділяється практичним аспектам: технікам постановки цілей, розвитку особистісного потенціалу, проведенню індивідуальних і групових коучингових сесій.

Здобувачі отримують знання про закономірності коучингової роботи, уміння застосовувати інструменти підтримки клієнта, навички організації ефективної взаємодії та розвитку професійної компетентності. Дисципліна забезпечує готовність інтегрувати коучингові підходи у різні сфери психологічної практики — освіту, бізнес, соціальну роботу та управління.

6. Призначення навчальної дисципліни.

Дисципліна призначена для забезпечення здобувачів вищої освіти знаннями та практичними навичками використання коучингових технологій у процесі психологічного консультування. Вона спрямована на розвиток здатності до ефективної взаємодії з клієнтом, підтримки його у постановці цілей, пошуку рішень та досягненні особистісних і професійних результатів.

Курс виконує роль інструменту інтеграції сучасних методів коучінгу у практику психологічної допомоги, формує компетентності у сфері комунікації, мотивації та розвитку потенціалу клієнта. Він орієнтований на підготовку фахівців, здатних застосовувати коучингові підходи в індивідуальному та груповому консультуванні, а також у різних професійних сферах — освіті, бізнесі, соціальній роботі та управлінні.

Таким чином, дисципліна є важливим елементом професійної підготовки психолога-консультанта, що забезпечує його готовність до використання інноваційних технологій у практичній діяльності.

7. 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.

8. 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.

8.1. У результаті вивчення навчальної дисципліни «Коучінг в психологічному консультуванні» здобувач вищої освіти повинен

Знати:

- теоретичні основи коучінгу, його предмет, мету та завдання у психологічному консультуванні;
- основні моделі та підходи до коучінгу, їхні переваги та обмеження;
- психологічні механізми взаємодії між коучем і клієнтом (мотивація, саморефлексія, емпатія, довіра);
- етичні принципи та професійні стандарти діяльності коуча;
- сучасні напрями розвитку коучінгу в індивідуальному та груповому консультуванні.

Уміти:

- застосовувати техніки постановки цілей та планування у роботі з клієнтом;
- проводити індивідуальні та групові коучингові сесії, дотримуючись структури та етапів;
- використовувати методи розвитку особистісного потенціалу клієнта (самопізнання, саморегуляція, стресостійкість);
- аналізувати та конструктивно вирішувати проблемні ситуації у процесі консультування;
- інтегрувати коучингові підходи у різні сфери психологічної практики (освіта, бізнес, соціальна робота).

9. 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.

10. 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
Всього:	90	20	14	56

11. 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.	6

	2. Вивчити значення емпатії та довіри у коучинговій сесії. 3. Підготувати приклади застосування активного слухання.	
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

12. 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. Кокун 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

13. Контроль і оцінка результатів навчання

13.1. Види контролю (поточний, підсумковий), проміжна атестація

Методи контролю: поточний, підсумковий.

При оцінюванні знань здобувача освіти приділяється перевага стандартизованим методам контролю: тестування (комп'ютерне), письмові роботи, контроль практичних навичок.

Поточний контроль здійснюється на кожному практичному занятті відповідно до конкретних цілей теми. Він містить: опитування, співбесіду, відповіді на питання, комп'ютерне тестування, виступ з доповіддю, захист рефератів.

Підсумковий контроль здійснюється наприкінці вивчення дисципліни у вигляді диференційованого заліку.

13.2. Форми контролю

Оцінка за розділ визначається як сума оцінок поточної навчальної діяльності (у балах) та оцінки підсумкового контролю (у балах), яка виставляється при оцінюванні теоретичних знань та практичних навичок відповідно до переліків, визначених програмою дисципліни.

Максимальна кількість балів, що присвоюється здобувачу освіти при засвоєнні кожного розділу (залікового кредиту) – 100, в тому числі за поточну навчальну діяльність – 60 балів (60%), за результатами підсумкового контролю – 40 балів (40%).

Поточний контроль здійснюється на кожному практичному занятті відповідно до конкретних цілей з кожної теми та під час індивідуальної роботи викладача зі здобувачами освіти. При оцінюванні навчальної діяльності здобувача освіти необхідно надавати перевагу стандартизованим методам контролю: тестуванню, структурованим письмовим роботам, структурованому за процедурою контролю практичних навичок в умовах, що наближені до реальних.

14. Політика навчальної дисципліни

Здобувач освіти зобов'язаний дотримуватися обов'язків, передбачених статтею 63 Закону України «Про вищу освіту», а також:

- своєчасно та в повному обсязі відвідувати заняття, передбачені навчальним планом та графіком навчального процесу;
- своєчасно та належним чином виконувати всі види завдань, передбаченими навчальними планами та програмами;
- у встановленому державними стандартами обсязі володіти теоретичними знаннями, практичними навичками, сучасними методами досліджень,

проходити контрольні заходи, передбачені навчальними планами та програмами;

- своєчасно складати (перескладати) залік, виконувати контрольні роботи, відпрацьовувати заняття в терміни та за графіком, встановленими кафедрою психології;
- своєчасно інформувати викладача щодо неможливості з поважних причин відвідувати заняття; постійно прагнути до підвищення загальної культури, морального вдосконалення, проявляти належну повагу до керівних, науково-педагогічних, навчально-допоміжних працівників;
- дбайливо ставитись до майна, яке йому надано в користування, дотримуватись правил внутрішнього трудового розпорядку;
- виконувати вимоги з охорони праці, техніки безпеки, виробничої санітарії, протипожежної безпеки, передбачені відповідними правилами та інструкціями.
- у повному обсязі відшкодувати збитки, нанесені невиконанням чи неналежним виконанням умов з охорони праці, техніки безпеки, виробничої санітарії, протипожежної безпеки.

Здобувач освіти зобов'язаний дотримуватися положень етичного кодексу ЗФУУ.

Здобувач освіти має права, передбачені статтею 62 Закону України «Про вищу освіту».

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