

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»

УТВЕРЖДАЮ
Директор Таганрогского института
имени А. П. Чехова (филиала)
РГЭУ (РИНХ)
_____ С. А. Петрушенко
«20» мая 2025 г.

**Рабочая программа дисциплины
Технология коучинга**

Направление подготовки
37.03.01 Психология

Направленность (профиль) программы бакалавриата
37.03.01.02 Психологическое консультирование и коучинг

Для набора 2025 года

Квалификация
Бакалавр

КАФЕДРА психологии**Распределение часов дисциплины по семестрам / курсам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	8 (4.2)		Итого	
	Неделя		Итого	
Неделя	17 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	14	14	14	14
Практические	44	44	44	44
Итого ауд.	58	58	58	58
Контактная работа	58	58	58	58
Сам. работа	50	50	50	50
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	144	144	144	144

ОСНОВАНИЕ

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 28.02.2025 протокол № 9.

Программу составил(и): канд. филол. наук, Доц., Липовая О.А.

Зав. кафедрой: Холина О. А.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	формирование представлений о теоретических основах, целях, принципах, технологиях коучинга и приобретение опыта использования техник коучинга в практической деятельности психолога.
-----	--

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ПК-2:	Способен осуществлять индивидуальный и групповой коучинг, управления коммуникацией, администрирования бизнес-процессов и обеспечения работы с персоналом в организациях разного типа
ПК-2.1:	Разрабатывает программы индивидуального и группового коучинга, управления коммуникацией, администрирования бизнес-процессов и обеспечения работы с персоналом в организациях разного типа
ПК-2.2:	Проводит индивидуальный и групповой коучинг, управляет коммуникацией, администрирует бизнес-процессы и обеспечивает работу с персоналом в организациях разного типа

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

Теоретические основы разработки программ коучинга, управления коммуникацией и организационного консультирования в различных типах организаций (соотнесено с индикатором: ПК-2.1).

Психологические механизмы управления коммуникацией и персоналом, особенности администрирования бизнес-процессов в профессиональной деятельности психолога (соотнесено с индикатором: ПК-2.1; ПК-2.2).

Современные подходы и методы индивидуального и группового коучинга, их применение в развитии персонала и организационной эффективности (соотнесено с индикатором: ПК-2.2).

Уметь:

Разрабатывать программы индивидуального и группового коучинга, направленные на развитие личности, коммуникации и эффективности деятельности (соотнесено с индикатором: ПК-2.1).

Осуществлять коучинговое сопровождение, управлять коммуникацией и взаимодействием в организациях различного типа (соотнесено с индикатором: ПК-2.2).

Применять технологии управления персоналом и администрирования бизнес-процессов в профессиональной деятельности психолога (соотнесено с индикатором: ПК-2.2).

Владеть:

Навыками разработки программ индивидуального и группового коучинга, направленных на развитие личности и повышение эффективности деятельности (соотнесено с индикатором: ПК-2.1).

Методами проведения коучинга и управления коммуникацией в организациях различного типа (соотнесено с индикатором: ПК-2.2).

Технологиями администрирования бизнес-процессов и работы с персоналом в профессиональной деятельности психолога (соотнесено с индикатором: ПК-2.2).

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел 1. Характеристика технологий коучинга

№	Наименование темы, краткое содержание	Вид занятия / работы / форма ПА	Семестр / Курс	Количество часов	Компетенции
1.1	Понятие коучинга. История происхождения термина и вида деятельности. Отличие коучинга от консультирования и психотерапии. Преимущества коучинга как вида психологической помощи. Элементы коучинга: личность коуча, личность ведомого, организационно культурная среда, технология коучинга, соотношение между ними. Принципы коучинга. Принципы позитивности, включенности, совместности успеха, активности и ответственности, творчества, осознания личных ресурсов, системности.	Лекционные занятия	8	4	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.2	Этапы коучинга: различные модели. Этапы коучинга по М.Б. О Нил: заключение контракта, планирование деятельности, коучинг по ходу деятельности, подведение итогов. Алгоритм коучинговой сессии. Колесо планирования.	Лекционные занятия	8	6	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.3	Формулировка целей коучинговой сессии. Уровни целей. Определяющие цели, цели рабочего процесса, цели человеческих отношений, личные цели. Структурирование процесса коучинга по уровням целей. Измерение результатов цели. Ориентация клиента на принятие	Лекционные занятия	8	4	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2

	ответственности.				
1.4	Понятие коучинга. История происхождения термина и вида деятельности. Отличие коучинга от консультирования и психотерапии. Преимущества коучинга как вида психологической помощи. Элементы коучинга: личность коуча, личность ведомого, организационно культурная среда, технология коучинга, соотношение между ними. Принципы коучинга. Принципы позитивности, включенности, совместности успеха, активности и ответственности, творчества, осознания личных ресурсов, системности.	Практические занятия	8	4	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.5	Этапы коучинга: различные модели. Этапы коучинга по М.Б. О Нил: заключение контракта, планирование деятельности, коучинг по ходу деятельности, подведение итогов. Алгоритм коучинговой сессии. Колесо планирования.	Практические занятия	8	4	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.6	Формулировка целей коучинговой сессии. Уровни целей. Определяющие цели, цели рабочего процесса, цели человеческих отношений, личные цели. Структурирование процесса коучинга по уровням целей. Измерение результатов цели. Ориентация клиента на принятие ответственности.	Практические занятия	8	4	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.7	Основные техники в коучинге. Схема «GROW» и ее развитие. Применение схемы SMART. Работа с «Логическими уровнями». Четыре стадии достижения цели. Шкалирование и китайское меню – как методы в коучинге. Формула Бекхарда. Противостояние страхам в коучинге. Работа с метафорой в коучинге. Техника Уолта Диснея «Мечтатель, реалист, критик»	Практические занятия	8	6	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.8	Использование техник эмпатического и рефлексивного слушания на различных этапах коучинга. Приемы операционализации, конфронтации, неотсроченной обратной связи.	Практические занятия	8	6	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.9	Структура коучинговой сессии. Разбор конкретных ситуаций, техника использующая описание реальной проблемы студента, для анализа обучающимися с целью определения сути проблем, предложения возможных решений, выбора лучших из них.	Практические занятия	8	6	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.10	Психокоррекция отдельных психических функций, коррекция личности. Директивная и недирективная стратегия. Коррекция, направленная на индивида или на семью. Психокоррекция в форме индивидуальных или групповых занятий.	Практические занятия	8	8	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.11	Фаза подведения итогов. Соотнесение результатов с целями. Формирование плана дальнейших шагов. Подведение итогов коучинга с «трудными» клиентами. Критерии эффективности коучинга. Процедура оценки эффективности. Оценка достижений целей коучинга. Оценка эффективности коуча. Обратная связь в процессе коучинга и при его завершении. Анализ сильных и слабых сторон.	Практические занятия	8	6	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.12	1 Понятие коучинга. 2 Личность коуча 3 Личность ведомого 4 Технология коучинга 5 Алгоритм коучинговой сессии и др.	Самостоятельная работа	8	50	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2
1.13	Подготовка к промежуточной аттестации	Экзамен	8	36	ПК-2 ПК-2.1 ПК-2.2

4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Учебные, научные и методические издания

Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
---------------------	----------	-------------------	-------------------------

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
1	Марасанов Г. И.	Социально-психологический тренинг: практическое пособие	Москва: Когито-Центр, 2001	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86238
2		Теория и практика коучинга: учебное пособие (курс лекций): курс лекций	Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596411
3	Спиженкова, М. А.	Психологическое консультирование: учебно-методическое пособие	Саратов: Вузовское образование, 2020	http://www.iprbookshop.ru/89682.html
4	Мартынова, Е. В.	Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение	Москва: Генезис, 2020	http://www.iprbookshop.ru/95360.html
5	Белашева, И. В., Ершова, Д. А., Нищитенко, С. В.	Теория и практика коучинга: учебное пособие (курс лекций)	Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2019	http://www.iprbookshop.ru/99469.html

5.1. Учебные, научные и методические издания

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
1	Трифорова Т. А.	Основы социально-психологического тренинга: учебное пособие	Казань: Познание (Институт ЭУП), 2008	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257910
2	Шекшня С., Казакова Н.	Как эффективно управлять свободными людьми: коучинг: практическое пособие	Москва: Альпина Паблишер, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279494
3	Басманова Н. И.	Тренинг командообразования: учебное пособие	Москва Берлин: Директ-Медиа, 2019	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572170
4	Копытин, А. И., Постальчук, О. И., Сучкова, Н. О., Радькова, С. В., Свистовская, Е. Е., Борщевская, И. В., Шереметова, С. В., Лебедев, А. А., Андреева, Т. А., Толчинская, Е. А., Моцкувене, А., Богачев, О. В., Назарова, Н. Р., Свенцицкая, В. А., Гаврилов, В. В., Копытина, А. И.	Практическая арт-терапия: лечение, реабилитация, тренинг	Москва: Когито-Центр, 2019	http://www.iprbookshop.ru/88299.html
5	Степанова, Л. Г.	Психологическое консультирование: учебное пособие	Минск: Вышэйшая школа, 2017	http://www.iprbookshop.ru/90817.html

5.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<https://psytests.org> - база данных психологических тестов онлайн

5.3. Перечень программного обеспечения

OpenOffice

5.4. Учебно-методические материалы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Помещения для всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения:

- столы, стулья;
- персональный компьютер / ноутбук (переносной);
- проектор;
- экран / интерактивная доска.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

1.1 Показатели и критерии оценивания компетенций:

ЗУН, составляющие компетенцию	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Средства оценивания О- опрос Т – тест Р-реферат З - зачет
<i>ПК-2: Способен осуществлять индивидуальный и групповой коучинг, управления коммуникацией, администрирования бизнес-процессов и обеспечения работы с персоналом в организациях разного типа</i>			
<p><i>Знать:</i> Теоретические основы разработки программ коучинга, управления коммуникацией и организационного консультирования в различных типах организаций (соотнесено с индикатором: ПК-2.1). Психологические механизмы управления коммуникацией и персоналом, особенности администрирования бизнес-процессов в профессиональной деятельности психолога (соотнесено с индикатором: ПК-2.1; ПК-2.2). Современные подходы и методы индивидуального и группового коучинга, их применение в развитии персонала и организационной эффективности (соотнесено с индикатором: ПК-2.2).</p>	<p>Раскрывает основные понятия по программам коучинга, управления коммуникацией и организационного консультирования в различных типах организаций</p>	<p>Полнота содержания ответа, умение приводить примеры, умение отстаивать свою позицию, умение пользоваться дополнительной литературой при подготовке к занятиям</p>	<p>О – 1-21, Т – 1-16, Р – 1-20 З – 1-25.</p>
<p><i>Уметь:</i> Разрабатывать программы индивидуального и группового коучинга, направленные на развитие личности, коммуникации и эффективности деятельности (соотнесено с индикатором: ПК-2.1). Осуществлять коучинговое сопровождение, управлять коммуникацией и взаимодействием</p>	<p>использует и демонстрирует знания по программам индивидуального и группового коучинга, направленные на развитие личности, коммуникации и эффективности</p>	<p>Полнота содержания ответа, умение приводить примеры, умение отстаивать свою позицию, умение пользоваться дополнительной литературой при подготовке к занятиям</p>	<p>О – 1-21, Т – 1-16, Р – 1-20 З – 1-25.</p>

<p>организациях различного типа (соотнесено с индикатором: ПК-2.2). Применять технологии управления персоналом и администрирования бизнес-процессов в профессиональной деятельности психолога (соотнесено с индикатором: ПК-2.2).</p>	<p>деятельности</p>		
<p>Владеть: Навыками разработки программ индивидуального и группового коучинга, направленных на развитие личности и повышение эффективности деятельности (соотнесено с индикатором: ПК-2.1). Методами проведения коучинга и управления коммуникацией в организациях различного типа (соотнесено с индикатором: ПК-2.2). Технологиями администрирования бизнес-процессов и работы с персоналом в профессиональной деятельности психолога (соотнесено с индикатором: ПК-2.2).</p>	<p>использует и применяет основные навыки разработки программ индивидуального и группового коучинга, направленных на развитие личности и повышение эффективности деятельности</p>	<p>Полнота содержания ответа, умение приводить примеры, умение отстаивать свою позицию, умение пользоваться дополнительной литературой при подготовке к занятиям</p>	<p>О – 1-21, Т – 1-16, Р – 1-20 З – 1-25.</p>

2 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Вопросы

1. Понятие коучинга. История происхождения термина и вида деятельности.
2. Отличие коучинга от консультирования и психотерапии. Преимущества коучинга как вида психологической помощи.
3. Отличие коучинга от наставничества, инструктирования, консультирования. Роль коучинга в процессе обучения.
4. Отличие коучинга от тренинга.
5. Классификация видов коучинга по различным основаниям: профессиональной и непрофессиональной деятельности; по уровню значимости решаемых проблем: стратегический коучинг, тактический коучинг, оперативный коучинг.
6. Элементы коучинга: личность коуча, личность ведомого, организационно культурная среда, технология коучинга, соотношение между ними.
7. Базовые принципы и ценности коучинга. Принципы позитивности, включенности, совместности успеха, активности и ответственности, творчества, осознания личных ресурсов, системности.
8. Этапы коучинга: различные модели. Этапы коучинга по М.Б. О Нил: заключение

- контракта, планирование деятельности, коучинг по ходу деятельности, подведение итогов.
9. Алгоритм коучинговой сессии. Колесо планирования.
 10. Формулировка целей коучинговой сессии. Уровни целей. Определяющие цели, цели рабочего процесса, цели человеческих отношений, личные цели.
 11. Структурирование процесса коучинга по уровням целей. Измерение результатов цели. Ориентация клиента на принятие ответственности.
 12. Коучинг в организации.
 13. Коучинг лидерства в управленческих командах. Этапы внедрения коучинга в управлении.
 14. Техники обучения работников, используемые в процессе коучинга. Коучинг как метод обучения, развития и мотивирования персонала.
 15. Коучинг и эффективное управление человеческими ресурсами. Коучинг как модель взаимодействия. Коучинг как стратегия управления.
 16. Коучинг и эффективное общение.
 17. Коучинг и корпоративная культура. Коучинг и организация эффективного сотрудничества.
 18. Личная и корпоративная эффективность. Основные методы управления личной эффективностью.
 19. Результативность и эффективность. Восемь навыков высокоэффективных людей С. Кови. Метод Франклина.
 20. Хронометраж. Планирование задач. Поглотители рабочего времени (хронофаги). Принцип Паретто и его реализация.
 21. Типичные ошибки, ведущие к потере времени. Техники борьбы с поглотителями времени. Основные правила экономии времени.
 22. Долгосрочное и краткосрочное планирование. Значение планирования. Методики и инструменты эффективного планирования времени.
 23. Управление личной карьерой: принципы, технологии, основные правила, «цель-средство».
 24. Качества современного руководителя. Стиль работы и рациональная организация труда. Имидж успешного руководителя.
 25. Принципы самомотивации, самосовершенствования и эффективного отдыха.

Экзаменационные билеты состоят из двух вопросов.

Критерии оценки:

84-100 баллов (оценка «отлично») выставляется студенту, если ответ полный, подробный, с научно обоснованными, развернутыми выводами, использование научной терминологии, опора на знания, полученные в ходе изучения дисциплин психологического цикла;

67-83 балла (оценка «хорошо») ответ полный, подробный с научно обоснованными, развернутыми выводами, не всегда точно использована научная терминология, недостаточно продемонстрирована опора на знания, полученные в ходе изучения дисциплин психологического цикла;

50-66 баллов (оценка «удовлетворительно») ответ неполный, недостаточный, содержательные ошибки в использовании научной терминологии, недостаточно продемонстрирована опора на знания, полученные в ходе изучения дисциплин психологического цикла;

0-49 баллов (оценка «неудовлетворительно») вопрос не раскрыт, грубые ошибки в использовании научной терминологии, не продемонстрирована опора на знания,

полученные в ходе изучения дисциплин психологического цикла, неоправданное употребление языка житейской психологии.

Тест проверочный итоговый письменный

№1. Коучинг - это

- 1) развитие;
- 2) обратная связь;
- 3) индивидуальная работа;
- 4) оценка;

№2. Каковы условия оптимального коучинга?

- 1) заранее организованный совместный визит;
- 2) отношения «руководитель-подчиненный»
- 3) экспертные знания у коуча;
- 4) желание развиваться у клиента;

№ 3. Основная цель коучинга - это

- 1) повышение настроения;
- 2) повышение мотивации на результат;
- 3) повышение эффективности;
- 4) повышение количества визитов;

№ 4. Закрытые вопросы - это

- 1) вопросы, на которые даются заранее сформулированные варианты ответов;
- 2) вопросы, на которые испытуемый может не отвечать;
- 3) вопросы, ответы на которые не могут быть преданы огласке;
- 4) вопросы, затрагивающие особо значимые, глубоко интимные темы;

№ 5. Совместный визит может включать

- 1) контроль;
- 2) коучинг;
- 3) тренинг;
- 4) наставничество;
- 5) мотивационную беседу;

№ 6. Открытые вопросы - это

- 1) вопросы со свободным ответом испытуемого;

- 2) вопросы, задаваемые группе испытуемых;
- 3) вопросы, ответы на которые носят дискуссионный, спорный характер;

№ 7. Для того, чтобы взаимодействовать с клиентом, необходимо развить ключевые компетенции:

- 1) слушать;
- 2) наблюдать;
- 3) различать;
- 4) моделировать;
- 5) излагать;

№ 8. Способность излагать с точки зрения коучинга предполагает опору на несколько ключевых элементов:

- 1) вопросы;
- 2) обратная связь;
- 3) утверждения;
- 4) вызовы;
- 5) идеи;

№ 9. Что такое самоменеджмент?

- 1) организация личной работы руководителя;
- 2) способность и возможность системы планировать и организовывать свою деятельность;
- 3) самостоятельность в деятельности;

№ 10. Основными задачами хронометража являются:

- 1) определить, на что тратится наше время;
- 2) определить основные параметры системы планирования;
- 3) стандартизировать расходы времени на выполнение работ;
- 4) выработать «чувство эффективности», «чувство времени»;

№ 11. Отечественный подход к хронометражу времени отличается от западного подхода тем, что ...

- 1) направлен на учет расходов времени компании;
- 2) формирует систему производственного контроля расходов времени;
- 3) способствует формированию более осознанного отношения ко времени;
- 4) направлен исключительно на сбор информации для анализа расходов времени;

№ 12. Поглотители времени - это

- 1) хронофобы;
- 2) кайросы;
- 3) хронофаги;
- 4) хронотопы;
- 5) хронофилы;

№ 13. Технология, которая позволяет использовать ресурс времени в соответствии с целями и ценностями, это - ...

- 1) общий менеджмент;
- 2) тайм-менеджмент;
- 3) team-building;
- 4) майнд-менеджмент;

№ 14. Шагами техники хронометража являются:

- 1) фиксация в течение дня всех контекстов;
- 2) фиксация в течение дня всех дел длительностью от 10-15 минут;
- 3) фиксация только непродуктивных расходов времени;
- 4) выбор ключевых показателей;
- 5) выбор ключевых целей;
- 6) отслеживание изменений показателей с помощью Mind Maps;
- 7) отслеживание изменений показателей с помощью графика динамики.

№15. Поведение как предмет психологии вводит

- 1) И. П. Павлов
- 2) И. М. Сеченов
- 3) Ф. Brentano
- 4) В. Вундт
- 5) Дж. Уотсон

№ 16. Бессознательное как предмет психологии вводит

- 1) З. Фрейд
- 2) В. Вундт
- 3) Э. Торндайк
- 4) У. Джеймс

2. Инструкция по выполнению

Необходимо выбрать один или несколько правильных ответов на вопрос и отметить его.

3. Критерии оценки:

При текущем контроле на занятии за правильный ответ на один вопрос студент может получить максимально 3 балла (48 баллов в совокупности)

Вопросы для собеседований на практических занятиях

1. Профессия коуча в современном мире: в России и за рубежом.
2. Коуч и клиент: типы отношений, модель эффективного взаимодействия.
3. Этические основы профессиональной деятельности коуча.
4. Результаты коучинга.
5. Для кого коучинг?
6. Навыки, которые можно развить с помощью коучинга.
7. Причина быстрого роста популярности в мире.
8. Особенности развития коучинга в России.
9. Сравнительные характеристики терапии, тренинга, консалтинга и коучинга.
10. Искусство постановки целей.
11. Полезные вопросы коучинга.
12. Международная Федерация Коучинга.
13. Нравственные и деловые принципы коуча.
14. В чем противоречие термина ТМ?
15. Чем отличается управление временем от руководства временем?
16. В чем секреты успешного ТМ?
17. Всякий ли человек способен к ТМ? Ответ обоснуйте.
18. Чем отличается мечта от цели? Перечислите критерии цели.
19. Как Вы понимаете фразу «целеустремленный человек»?
20. С чего стоит начинать борьбу с хронофагами?
21. Что понимается под термином «ассертивность»? Как она связана с поглотителями времени?

Критерии оценки:

При текущем контроле (собеседовании на практических занятиях) за ответ на один из вопросов студент может получить максимально 5 баллов (25 баллов в совокупности)

5 баллов выставляется студенту, если ответ полный, подробный, с научно обоснованными, развернутыми выводами, использование научной терминологии, демонстрируется наличие глубоких исчерпывающих знаний в области изучаемого вопроса, грамотное и логически стройное изложение материала.

4 балла выставляется студенту, если отмечается наличие знаний в рамках темы не в полном объеме; допускаются отдельные логические погрешности с отдельными ошибками.

3 балла выставляется студенту, если изложенный материал фактически верен, но он неполный, недостаточный, содержательные ошибки в использовании научной терминологии.

Написание реферата

1. Профессионально важные качества коуча и пути их совершенствования.
2. Личность коуча: требования к личности коуча, личностные ограничения.

3. Этика коуча.
4. Противостояние страхам в коучинге.
5. Критерии эффективного коучинга.
6. Процесс целеполагания в самоменеджменте.
7. Техники самоменеджмента в управлении временем.
8. Правила постановки задач.
9. Деятели отечественной научной организации труда: современный подход.
10. Стил ь работы и рациональная организация труда.
11. Управление стрессами как элемент рациональной организации собственной трудовой активности.
12. Определение жизненных приоритетов в контексте постановки профессиональных задач.
13. Поглотители времени в контексте делового этикета.
14. Основные причины нерационально потраченного времени.
15. Правила личной организованности и самодисциплины.
16. Способы расслабления и обретения спокойствия.
17. Технология планирования по методу Альпы.
18. Делегирование полномочий. Его основные цели.
19. Основные правила экономии рабочего времени.
20. Процесс определения жизненных целей.

Критерии оценки:

При текущем контроле (собеседовании на практических занятиях) за ответ на один из вопросов студент может получить максимально 27 баллов

27 баллов выставляется студенту, если ответ полный, подробный, с научно обоснованными, развернутыми выводами, использование научной терминологии, демонстрируется наличие глубоких исчерпывающих знаний в области изучаемого вопроса, грамотное и логически стройное изложение материала.

20 баллов выставляется студенту, если отмечается наличие знаний в рамках темы не в полном объеме; допускаются отдельные логические погрешности с отдельными ошибками.

10 баллов выставляется студенту, если изложенный материал фактически верен, но он неполный, недостаточный, содержательные ошибки в использовании научной терминологии.

Приложение 2

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические указания предназначены для помощи обучающимся в освоении дисциплины.

Учебным планом предусмотрены следующие виды занятий:

- лекции;
- практические занятия;

В ходе лекционных занятий рассматриваются основные вопросы психологии развития и педагогической психологии, даются рекомендации для самостоятельной работы и подготовке к практическим занятиям.

В ходе практических занятий углубляются и закрепляются знания студентов по ряду рассмотренных на лекциях вопросов, развиваются навыки практического применения полученных знаний.

При подготовке к практическим занятиям каждый студент должен:

- изучить рекомендованную учебную литературу;
- изучить конспекты лекций;
- подготовить ответы на вопросы по собеседованию по изучаемой теме.

В процессе подготовки к практическим занятиям студенты могут воспользоваться консультациями преподавателя.

Вопросы, не рассмотренные на лекциях и практических занятиях, должны быть изучены студентами в ходе самостоятельной работы. Контроль самостоятельной работы студентов над учебной программой курса осуществляется в ходе занятий методом устного опроса или посредством тестирования. В ходе самостоятельной работы каждый студент обязан прочитать основную и по возможности дополнительную литературу по изучаемой теме, дополнить конспекты лекций недостающим материалом, выписками из рекомендованных первоисточников. Выделить непонятные термины, найти их значение в энциклопедических словарях.

Студент должен готовиться к предстоящему лабораторному занятию по всем, обозначенным в рабочей программе дисциплины вопросам.

Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронно-библиотечными системами. Также обучающиеся могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки или воспользоваться читальными залами вуза.

АУДИТОРНАЯ РАБОТА

а) ЛЕКЦИИ

По мере изучения курса дисциплины студенты ведут словарь психологических терминов. Большинство лекций начинается с повторения и закрепления освоенной ранее терминологии. В межлекционный период студенту необходимо изучать заданную литературу, знакомиться с первоисточниками, повторять лекционный материал по конспектам, пользуясь контрольными вопросами. Особое место следует уделять таблицам, схемам, данным преподавателем. Важно уяснить принцип создания таблицы, уметь свободно ориентироваться в ее содержании, иметь расширенное представление о заложенной в ней информации.

Хорошую помощь студентам окажет конспектирование заданного материала и создание собственных схем и таблиц, способствующих усвоению лекционного материала.

б) ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Практические занятия относятся к аудиторным формам работы. Они предназначены для закрепления и более глубокого изучения определенных аспектов лекционного материала. Для повышения эффективности усвоения учебного материала и проведения практических занятий в активном режиме необходима самостоятельная подготовка студентов. Практические занятия организуются в форме семинаров, практикумов, а также используются смешанные формы: элементы семинаров, экспериментальных методик.

Студенты готовятся к практическим занятиям посредством изучения литературы, подготовки сообщений по отдельным темам и подтемам. Возможен выбор студентами тем в соответствии с профессиональными и личностными интересами.

Важное место занимает работа с литературой, которую можно найти в институтской, городской библиотеках, читальных залах, в кафедральной библиотеке, а также у преподавателя. Следует помнить, что поиск и доступ к литературе облегчается посредством использования справочно-библиографического аппарата, который включает в себя каталоги, картотеки, библиографические указатели, справочный фонд (словари, справочники, энциклопедии).

Можно также обратиться за поиском информации к электронным источникам, в частности, к Интернет-сети. Здесь можно использовать множество способов поиска, но, как правило, существует два наиболее оптимальных варианта: использование поисковых систем и поиск по конкретному электронному адресу.

Рекомендуется поиск современных научно-практических исследований осуществлять в журналах периодической печати: «Вопросы психологии», «Психологический журнал», «Журнал практической психологии», «Вестник РГНФ», «Мой психолог» и др. В последних номерах журнала за год печатаются тематические указатели статей. Самостоятельная работа студентов предполагает разные формы работы: составление библиографии по определенному вопросу в алфавитном порядке, аннотирование - краткое изложение статьи или пособия (с указанием, для кого с какой целью и каким образом может быть использован текст, статья, монография), реферирование – составление обзора литературы, исследований в определенной научной области; конспектирование - краткое письменное последовательное изложение основного содержания книги, статьи, освобождённое от мелочей и повторений; составление тезисов – краткого формулирования развёрнутого высказывания или основной мысли в тексте.

в) ЛАБОРАТОРНЫЕ ЗАНЯТИЯ

В процессе обучения в институте будущие педагоги должны научиться диагностировать уровень психического развития ребенка, подростка, взрослого, видеть его особенности, находить наиболее оптимальные условия и пути развития психических процессов, свойств личности. Лабораторные занятия предназначены для формирования у студентов умения добывать психологическую информацию, классифицировать ее, определять ее значение, интерпретировать. Студенты участвуют в подготовке необходимого инструментария к проведению лабораторных занятий: ведут отбор необходимых методов исследования, работая с диагностическими пособиями, готовят протоколы, бланки, таблицы.

г) САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Данный вид работы позволяет не только повысить уровень научной компетентности в области научной дисциплины, но и приобрести практическую подготовку как в области самопознания и самореализации, что особенно важно для будущих педагогов, так и в области освоения средств и способов применения полученных знаний на практике в работе с детьми.

Основная организационная форма самостоятельной работы связана с подготовкой к практическим и лабораторным занятиям. Тематика практических занятий охватывает отдельные разделы программы курса и предполагает подготовку по теме с последующим активным участием на семинаре. Это становится возможным при умении студента подготовиться по теме, а также осмысленно воспринимать план занятия, логику и суть поставленных преподавателем вопросов, умение точно и связно излагать свои знания в соответствии с заданным вопросом. Ценится умение участвовать в дискуссии, развивать ее умело поставленными собственными вопросами, приводить примеры из практики, имеющие психологическое содержание, близкое теме занятия.

Подготовка рефератов

Методические рекомендации: Реферат, как форма самостоятельной научной работы студентов, - это краткий обзор максимального количества доступных публикаций по заданной теме, с элементами сопоставительного анализа данных материалов и с последующими выводами. При проведении обзора должна проводиться и исследовательская работа, но объем ее ограничен, так как анализируются уже сделанные предыдущими исследователями выводы и в связи с небольшим объемом данной формы работы. Преподаватель рекомендует литературу, которая может быть использована для написания реферата.

Другой формой самостоятельной работы является работа индивидуально или в парах (тройках, группах) при проведении практикумов или лабораторных работ. Для того, чтобы успешно организовать свою работу, необходимо пользоваться следующими рекомендациями:

- осмыслить тему предстоящего занятия в соответствии с заданием преподавателя;
- изучить теоретический материал по лекциям и источникам, указанным преподавателем, овладеть психологической терминологией в соответствии с темой;
- для лучшего осмысления материала составить к нему краткий или расширенный план, изложить материал тезисно или законспектировать;
- ознакомиться с планом занятия и подготовить необходимые протоколы, бланки, таблицы, образцы, рекомендованные преподавателем дисциплины;
- на самом занятии внимательно ознакомиться с порядком выполнения работы и оформления полученных данных;
- представить в конце занятия устный или письменный отчет (тема и цель работы, описание методики, протокол исследования, обработка данных, анализ и интерпретация результатов).

Все формы самостоятельной работы как аудиторной, так и внеаудиторной являются формами текущего контроля. По окончании курса дисциплины студенты сдают экзамен (форма итогового контроля). К экзамену студенты готовятся в течение всей работы с преподавателем, а также самостоятельно. Вопросы к экзамену даются преподавателем в конце курса.