

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Факультет психологии

УТВЕРЖДЕНО:  
Декан факультета психологии

В.В. Мацута

Рабочая программа дисциплины

**Коучинг в системе психологического сопровождения специалистов**

по направлению подготовки

**37.04.01 Психология**

Направленность (профиль) подготовки  
**«Психология безопасности и здоровья»**

Форма обучения  
**Очная**

Квалификация  
**Магистр**

Год приема  
**2025**

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель ОП  
И.В. Атаманова

Председатель УМК  
М.А. Подойницина

Томск – 2025

## **1. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций:

- ОПК-5 - Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций;
- ОПК-6 - Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию в соответствии с потребностями и целями клиента;
- ОПК-7 - Способен вести просветительскую и психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей;
- ПК-3 - Способен осуществлять мониторинг психологической безопасности среды осуществления профессиональной деятельности, включая профессиональную деятельность в экстремальных условиях.

Результатами освоения дисциплины являются следующие индикаторы достижения компетенций:

ИОПК-5.2 Владеет навыками развития, коррекции и реабилитации психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам;

ИОПК-6.2 Умеет адаптировать и гибко перестраивать стратегии психоконсультативной работы с клиентами в соответствии с их запросами и потребностями;

ИОПК-7.1 Создает программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека;

ИПК-3.3 Осуществляет анализ и описывает результаты мониторинга психологической безопасности среды осуществления профессиональной деятельности (включая профессиональную деятельность в экстремальных условиях) и разрабатывает практические рекомендации на их основе.

## **2. Задачи освоения дисциплины**

- освоить навыки развития психологических свойств и состояний, различных видов деятельности человека в норме
- научиться перестраивать стратегии психоконсультативной работы с клиентами в соответствии с их запросами и потребностями
- ознакомление с принципами составления программ, направленных на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности
- разрабатывает практические рекомендации на основе результатов мониторинга психологической безопасности среды осуществления профессиональной деятельности

## **3. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина относится к части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений, предлагается обучающимся на выбор.

## **4. Семестр(ы) освоения и форма(ы) промежуточной аттестации по дисциплине**

Семестр 3, зачет.

## **5. Входные требования для освоения дисциплины**

Для успешного освоения дисциплины требуются результаты обучения по следующим дисциплинам: Психологическая оценка и психологическая экспертиза, Психодиагностика и психологическая оценка, Современные проблемы психологии безопасности и здоровья, Технологии психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях Психологическая безопасность личности.

## **6. Язык реализации**

Русский

## **7. Объем дисциплины (модуля)**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 часа, из которых:

– лекции: 10 ч.;

– практические занятия: 26 ч.

в том числе практическая подготовка: 14 ч.

Объем самостоятельной работы студента определен учебным планом.

## **8. Содержание дисциплины, структурированное по темам**

**Тема 1.** Коучинг как практическое направление деятельности психолога.

Философия и принципы коучинга. Основные вопросы коучинга. Коучинг и психологическое консультирование, общие и различные характеристики. Понятие «потенциал».

**Тема 2.** Технологии коучинг в реализации стратегии психоконсультативной работы с клиентами в соответствии с их запросами и потребностями.

Техника работы с вопросами. Понятие «сильный вопрос». Технологии работы с целями. Модель РОСТ. Модель SMART.

**Тема 3.** Принципы составления программ, направленных на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности

Профессиональные риски, характеристики. Психологическое сопровождение работы с профессиональными рисками. Принципы составления программ, направленных на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности

**Тема 4.** Разработка практических рекомендаций на основе результатов мониторинга психологической безопасности среды осуществления профессиональной деятельности.

Понятие мониторинга, виды мониторинга, цели и задачи. Мониторинг психологической безопасности среды, его специфика и задачи. Анализ результатов мониторинга психологической безопасности среды осуществления профессиональной деятельности. Практические рекомендации на основе результатов мониторинга психологической безопасности среды.

## **9. Текущий контроль по дисциплине**

Текущий контроль по дисциплине проводится путем контроля посещаемости, деловых и ролевых игр релевантным изучаемым темам, выполнения домашних заданий и фиксируется в форме контрольной точки не менее одного раза в семестр. Также текущий контроль работы студента осуществляется посредством мониторинга его активности в поле рефлексивно-диалогического взаимодействия по теме занятия. Базовым критерием балльной оценки является чувствительность к контексту и проблематике темы; точность применяемых в устном ответе дефиниций и их релевантность общему контексту осваиваемой дисциплины, чувствительность к проблематике репрезентации предмета в иных контекстах социальных отношений, активность и самостоятельность библиографического поиска по теме ответа, доклада, эссе.

Устранение задолженности студента по отдельным контролируемым темам дисциплины может проходить в течение семестра в часы дополнительных занятий или консультаций, установленных в расписании по соответствующим видам занятий по дисциплине «Коучинг в системе психологического сопровождения специалистов». Устранение задолженности по текущему контролю перед допуском студента к экзамену проводится на последней неделе теоретического обучения по данной дисциплине.

## **10. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации**

Зачет в третьем семестре проводится в устной форме в виде собеседования.

Опорный критерий в оценке работы обучающегося составляет модус образовательной активности, им реализуемой:

- рефлексивно-продуктивный (предполагает освоение на уровне понимания и способности самостоятельно устанавливать логически аргументированные взаимосвязи в контексте раскрытия темы);
- рефлексивно-репродуктивный (предполагает освоение темы на уровне понимания и воспроизведения базовых положений, сопряжённых с раскрываемой темой);
- репродуктивный (поверхностное освоение темы, без понимания и видения ключевых, системо-образующих положений излагаемого материала, воспроизведение случайных, несвязанных с фокусом вопроса положений учебного текста).

Диапазон балльной оценки компетентности обучающегося в пределах проблемного поля изучаемой дисциплины определён проявленными в процессе групповой дискуссии и выполнения реферативного или описательно-аналитического исследования:

- чувствительностью к дефициту понятий и концепций, позволяющих объяснить генезис конкретного психического явления.
- чувствительностью к противоречиям в предметном поле дисциплины;
- чувствительностью к контексту и специфике ситуации репрезентации предмета, проявленная в процессе письменного исследования;
- дифференцированностью и категориальной точностью опорных понятий и дефиниций, посредством которых обучающийся позиционирует свою точку зрения по существу рассматриваемого вопроса;
- функциональностью сформированного в процессе освоения курса концептуально-понятийного аппарата в плане рассмотрения феноменов соответствующего проблемного поля;
- проявленными навыками консолидации освоенных концепций и дефиниций в контексте заявленной в письменной работе тематики

## **11. Учебно-методическое обеспечение**

**а) Электронный учебный курс по дисциплине в электронном университете «Moodle» - <https://moodle.tsu.ru/course/view.php?id=33581>**

**б) Оценочные материалы текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.**

В качестве оценочных материалов выступают кейсы, которые учащиеся самостоятельно создают в процессе обучения техникам коучинга. Презентация индивидуальных кейсов осуществляется в течение всего учебного курса в устной форме. Основным содержанием кейсов является рефлексивное погружение в исследуемую проблему или задачу с применением алгоритмом изучаемой технологии. На основании совокупности представленных кейсов осуществляется текущий контроль и промежуточная аттестация по дисциплине.

**в) План семинарских занятий по дисциплине.**

1. Методологические основы коучинга, как психологической практики

2. Коучинг в практиках консультирования в бизнесе и спорте
3. Понятие внутренней игры в коучинге
4. Школы коучинга: коактивный коучинг, коучинг высокой эффективности Уитмора
5. Лайф-коучинг, специфика, возможности и ограничения
6. Селф-коучинг, специфика, возможности и ограничения
7. Понятие «баланса», техники работы с балансом
8. Вопросные технологии в коучинге
9. Работа с целеполаганием в коучинге
10. Техники количественной оценки результативности, работа со шкалами
11. Принципы составления программ, направленных на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности
12. Разработка практических рекомендаций на основе результатов мониторинга психологической безопасности среды осуществления профессиональной деятельности.
13. Итоговое занятие, обобщение результатов курса

**д) Методические указания по организации самостоятельной работы студентов.**

Самостоятельная работа студентов предполагает самостоятельное изучение отдельных тем, дополнительную подготовку к каждому практическому занятию.

При изучении содержания дисциплины организация самостоятельной работы обучающихся должна представлять единство трех взаимосвязанных форм:

- 1) внеаудиторная самостоятельная работа;
- 2) аудиторная самостоятельная работа, которая осуществляется под непосредственным руководством преподавателя;
- 3) творческая, в том числе научно-исследовательская работа.

В процессе изучения дисциплины обучающимися, предлагаются следующие виды самостоятельной работы:

- подготовка к практическим занятиям. Этот вид самостоятельной работы состоит из нескольких этапов: 1) повторение изученного материала. Для этого используются конспекты лекций, рекомендованная основная и дополнительная литература; 2) углубление знаний по теме. Необходимо имеющийся материал в лекциях, учебных пособиях дифференцировать в соответствии с пунктами плана практического занятия. Отдельно выписать неясные вопросы, термины. Лучше это делать на полях конспекта лекции или учебного пособия. Уточнение надо осуществить при помощи справочной литературы (словари, энциклопедические издания и т.д.); 3) составление развернутого плана выступления и т.д.;

- работа с информационными компьютерными технологиями предполагает разработку преподавателем заданий с использованием Интернет-технологий. Подобные задания для самостоятельной работы могут быть направлены на: 1) поиск и обработку информации; 2) на организацию взаимодействия в сети; 3) задания по созданию web-страниц; 4) выполнение проектов; 5) создание моделей;

- задания на поиск и обработку информации могут включать: написание реферата-обзора; рецензию на сайт по теме; анализ литературы и источников в сети на данную тему, их оценивание; написание своего варианта плана лекции; подготовку доклада; составление библиографического списка; ознакомление с профессиональными конференциями, анализ обсуждения актуальных проблем;

- написание рефератов и докладов. Реферат - это краткое изложение содержания научных трудов или литературных источников по определенной теме. Доклад - публичное сообщение, представляющее собой развернутое изложение определенной темы.

Реферат и доклад должны включать введение, главную часть и заключение. Во введении кратко излагается значение рассматриваемого вопроса в научном и учебном плане,

применительно к теме занятия. Затем излагаются основные положения проблемы и делаются заключение и выводы. В конце работы дается подробный перечень литературных источников, которыми пользовался обучающийся при написании реферата или доклада;

- работа с литературой. Овладение методическими приемами работы с литературой одна из важнейших задач обучающегося. Работа с литературой включает следующие этапы:

1. предварительное знакомство с содержанием;
2. углубленное изучение текста с преследованием следующих целей: усвоить основные положения; усвоить фактический материал; логическое обоснование главной мысли и выводов;
3. составление плана прочитанного текста. Это необходимо тогда, когда работа не конспектируется, но отдельные положения могут пригодиться на занятиях, при выполнении курсовых, выпускных квалификационных работ, для участия в научных исследованиях;
4. составление тезисов.

- задания на организацию взаимодействия в сети предполагают: обсуждение состоявшегося или предстоящего события, лекции; работа в списках рассылки; общение в синхронной телеконференции (чате) со специалистами или обучающимися других групп или вузов, изучающих данную тему; обсуждение возникающих проблем в отсроченной телеконференции; консультации с преподавателем и другими обучающимися через отсроченную телеконференцию; консультации со специалистами через электронную почту.

## **12. Перечень учебной литературы и ресурсов сети Интернет**

а) основная литература:

1. Аткинсон М., Рае Т. Чойс Достижение целей. Пошаговая система. - М: Альпина Паблишер, 2019. – 379 с.
2. Аткинсон М., Рае Т. Чойс Внутренняя сила лидера. Коучинг как метод управления персоналом. М.: Альпина Паблишер, 2018. – 413 с.
3. Аткинсон М., Рае Т. Чойс Мастерство жизни. Внутренняя динамика развития. М.: Альпина Паблишер, 2020. - 327 с.
4. Голви Т. Работа как внутренняя игра. Раскрытие личного потенциала. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 300 с.
5. Голви Т. Работа как внутренняя игра. Фокус, обучение, удовольствие и мобильность на рабочем месте, М.: Манн, Иванов и Фербер, 2017. – 290 с.
6. Дауни М. Эффективный коучинг. Уроки тренера коучей. М.: Добрая книга, 2018.
7. Савкин А., Данилова М. Коучинг по-русски: от смелости желать к смелости быть М.: Проспект, 2022. – 342 с.
8. Уитмор Д. Внутренняя сила лидера. Коучинг как метод управления персоналом. - М: Альпина Паблишер, 2019. – 319 с.

б) дополнительная литература:

1. Бессер-Зигмунд К., Зигмунд Х. Самокоучинг: Культура личности менеджеров и руководителей. - СПб: Издательство Вернера Регена, 2003. – 297 с.
2. Вильямс П., Дэйвис Д. Лайф коучинг - новая профессия для психотерапевтов : как перейти от психотерапии к коучингу. - М.: Междунар. акад. коучинга, 2007. – 250 с.
3. Дилтс Р. Коучинг с помощью НЛП. - М. : Олма-пресс, 2004. - 256 с.
4. Лусиани Д. Сила селф-коучинга. - М.: София, 2006. – 288 с.

5. Стар Д.Великолепный коучинг. Как стать блестящим коучем на рабочем месте. - М.: Добрый вестник, 2013. - 241 с.
6. Стар Д. Коучинг. Полное руководство по методам, принципам и навыкам персонального коучинга. М.: Добрый вестник, 2015. - 421 с.
7. Уитворт Л., Кимси-Хаус Г., Сэндал Ф. Коактивный коучинг. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. - 390 с.

#### **в) ресурсы сети Интернет:**

1. Библиотека диссертаций и авторефератов России <http://www.dslib.net/>
2. Научная электронная библиотека - URL: <https://www.elibrary.ru/>
3. Мир психологии [Электронный ресурс]. – URL: <http://psychology.net.ru>  
Проект предлагает пользователям разнообразный материал по психологии: статьи и полнотекстовые книги, тесты, психологический софт, информация о тренингах, научные статьи методический материал, рефераты по психологии и много другой интересной и полезной информации.
4. <http://www.flogiston.ru> Флогистон. Психология из первых рук. Книги, статьи, переводы, списки литературы по психологии. Сведения о тренингах, конференциях, школах, объединениях специалистов. Данные о Вузах и факультетах психологии по РФ. Тематические ссылки. Форум. Биографии ученых.
5. <http://www.psychology-online.net> Psychology Online. Net. Научная и популярная психология: история, теория, практика. Статьи, книги, рефераты, конспекты и учебники по психологии. Психологические тесты. Путеводитель. Форумы.
6. <http://www.psychology.ru> Psychology.ru: Психология на русском языке. Книги, тексты, словари, анонсы, обзоры, новости психологии, календарь, события, конференции по психологии.
7. Сайт Московского государственного Университета им. Ломоносова, факультета психологии (раздел научных публикаций) - [www.psy.msu.ru/science/public/psy\\_prof/2\\_phone.html](http://www.psy.msu.ru/science/public/psy_prof/2_phone.html);
8. Психологический институт РАО (Российской Академии Образования) [www.pirao.ru](http://www.pirao.ru)
9. [www.psyedu.ru](http://www.psyedu.ru) - электронный журнал "Психолого-педагогические исследования".
10. [www.rospsy.ru](http://www.rospsy.ru) - сайт Федерации психологов образования России.
11. Портал психологических изданий [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://psyjournals.ru>, свободный (дата обращения: 30.08.2021).
12. Психологический навигатор [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://www.psynavigator.ru>, свободный (дата обращения: 30.08.2021).
13. Журнал «Вопросы психологии» [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://www.voppsy.ru>, свободный (дата обращения: 30.08.2021).
14. Московский психологический журнал [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://magazine.mospsy.ru>, свободный (дата обращения: 30.08.2021).
15. Сибирский психологический журнал [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://journals.tsu.ru/psychology/> свободный (дата обращения: 30.08.2021).

### **13. Перечень информационных технологий**

- а) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:
  - Microsoft Office Standart 2013 Russian: пакет программ. Включает приложения: MS Office Word, MS Office Excel, MS Office PowerPoint, MS Office OneNote, MS Office Publisher, MS Outlook, MS Office Web Apps (Word Excel MS PowerPoint Outlook);
  - публично доступные облачные технологии (Google Docs, Яндекс диск и т.п.).

- б) информационные справочные системы:

- Электронный каталог Научной библиотеки ТГУ –  
<http://chamo.lib.tsu.ru/search/query?locale=ru&theme=system>
- Электронная библиотека (репозиторий) ТГУ –  
<http://vital.lib.tsu.ru/vital/access/manager/Index>
- ЭБС Лань – <http://e.lanbook.com/>
- ЭБС Консультант студента – <http://www.studentlibrary.ru/>
- Образовательная платформа Юрайт – <https://urait.ru/>
- ЭБС ZNANIUM.com – <https://znanium.com/>
- ЭБС IPRbooks – <http://www.iprbookshop.ru/>

#### **14. Материально-техническое обеспечение**

Аудитории для проведения занятий лекционного типа.

Аудитории для проведения занятий семинарского типа, индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

#### **16. Информация о разработчиках**

Тренькаева Наталия Анатольевна, кандидат психологических наук, доцент каф. генетической и клинической психологии ФП ТГУ