



Анна Мирцало

**Занятия в стиле коучинг:  
опыт разработки и проведения**

«Издательские решения»

**Мирцало А.**

Занятия в стиле коучинг: опыт разработки и проведения /  
А. Мирцало — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-833964-6

В пособии описан опыт «погружения» преподавателя экономических дисциплин в мир коучинга, представлены методразработки 7 занятий (5 учебных и 2 внеклассных мероприятия) с использованием коучинговых инструментов и описанием хода работы на каждом этапе занятия. В их числе техники постановки целей и планирования деятельности, принятия решений и повышения учебной мотивации, предоставления обратной связи и развития коммуникативных навыков учащихся.

ISBN 978-5-44-833964-6

© Мирцало А.  
© Издательские решения

# Содержание

Введение	6
Глава 1. Использование коучингового подхода при подготовке специалистов среднего звена	7
Глава 2. Самокоучинг при проектировании учебных занятий	12
Конец ознакомительного фрагмента.	13

**Занятия в стиле коучинг:  
опыт разработки и проведения  
Анна Мирцало**

© Анна Мирцало, 2016

ISBN 978-5-4483-3964-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Введение

В пособии описан опыт «погружения» в мир коучинга. Первая глава содержит описание первого знакомства с коучингом, как методикой, рожденной на стыке менеджмента, психологии, философии, аналитики и логики, а также основополагающих принципах, лежащих в основе деятельности коуча и тех особенностей, которые отличают коучинг от смежных специальностей. Кроме того, в первой главе описано различие между коучингом в его классическом понимании и коучинговым подходом к обучению.

Вторая глава посвящена самокоучингу в помощь преподавателю при проектировании занятий. В ней выделены элементы комбинированного занятия и приведены те вопросы, ответы на которые и определяют его дизайн и конфигурацию. Они призваны «собрать скелет» занятия, выкристаллизовать его содержание и наполнение.

В главе третьей представлены методразработки 7 занятий – 5-ти учебных и 2-х внеклассных мероприятий с использованием коучинговых инструментов и описанием хода работы на каждом этапе занятия. Занятия были проведены в разное время в течение учебного года, как в стенах родного учебного заведения, так и при проведении практикумов в рамках Школы лидеров при администрации г. Донецка. Кратко обозначу те инструменты коучинга, которые представлены в пособии, и на том или ином этапе занятия нашли свое применение в учебном процессе. В общей сложности их описано более 20. Так, занятие «Цели как основа планирования» познакомит с таким инструментарием коучинга, как модель заявления о целях с использованием техники SMART и обеспечит рабочей тетрадь с пошаговым описанием метода обратной задачи (визуализации целей) для непосредственного применения на занятии. В рамках изучения темы «Стратегическое планирование в организации» приведено подробное описание такой техники арт-коучинга, как SWOT-анализ, а также особенности ее применения на примере работы студента-выпускника техникума над целью «Как превратить хобби в высокоприбыльный бизнес?». Техники, способствующие развитию навыков активного слушания, предоставлению обратной связи с описанием формулы обратной связи, упражнение «Наблюдение и позитив» представлены в разработке занятия на тему «Коммуникации в менеджменте». Техники принятия решений, такие как метод мозгового штурма и стратегия Уолта Диснея, можно найти в описании хода работы к занятию «Групповые формы принятия решений», технику «Декартовы координаты» – во второй главе пособия в тексте доклада. Пример использования шкалы при исследовании качеств лидера и обращения к «команде помощников» для развития профессионально важных качеств можно прочитать в материалах к занятию «Развитие лидерских качеств». Кроме того в материалах доклада в рамках проведения школы педмастерства для преподавателей техникума представлен опыт использования шкалы в курсовом (дипломном) проектировании. В методразработке внеклассного занятия «Управление временем» представлено описание техники «График Ганта» и метода «Альпы» с пошаговым заполнением таблицы для составления плана распорядка дня, подробно описаны такие способы расстановки приоритетов в задачах, как принцип Парето, метод ABC, метод Д. Эйзенхауэра, обобщены «золотые» правила тайм-менеджмента для учащихся. Рисунок и метафорическое описание реального и «идеального» образа группы с последующим обсуждением и построением колеса сплоченности группы представлены во внеклассном мероприятии «Формирование сплоченности группы».

## Глава 1. Использование коучингового подхода при подготовке специалистов среднего звена

Коучинг – это про то, как из ситуации сегодня попасть в ту точку на жизненной карте человека, где он хочет оказаться завтра, помогая исследовать различные пути движения этой цели и выбирать наиболее экономичный, ресурсосберегающий и экологичный путь. Коучинг – это про достижение целей. Коучинг является синтезом эффективных методов из различных областей знаний, таких как спорт, бизнес, позитивная психология, медицина и педагогика.

Любая деятельность строится в соответствии с определенными принципами, которые и определяют основополагающие правила, идеи и закономерности построения этой деятельности. Принципы коучинга отражены на рис. 1.1. Они являются основой коуч-позиции – состояния, в котором находится человек тогда, когда создает коучинговое взаимодействие с клиентом [1]. В коуч-позиции может находиться преподаватель, родитель по отношению к ребенку или супругу, руководитель по отношению к сотрудникам, профессиональный коуч на консультации и др.



Рис.1.1 – Принципы коучинга

Отличие коучинга от смежных специальностей иллюстрирует график, построенный с помощью 2-х линий, одна из которых – это линии времени, вторая – шкала профессиональной активности специалиста (рис. 1.2). И если деятельность психотерапевтов, психологов, бизнес-аналитиков направлена на решение проблем в прошлом, то деятельность коуча состоит в построении такой формы взаимодействия с клиентом, когда из ситуации «сейчас» мы идем в ситуацию «завтра» через поиск и реализацию целей клиента путем постановки «сильных» вопросов [1].



Рис. 1.2 – Отличие коучинга от смежных специальностей

Как же совместить обучение с коучингом? Опора на принципы коучинга в образовательной деятельности с использованием инструментария коучинга составляет основу коучингового подхода к обучению (рис. 1.3).

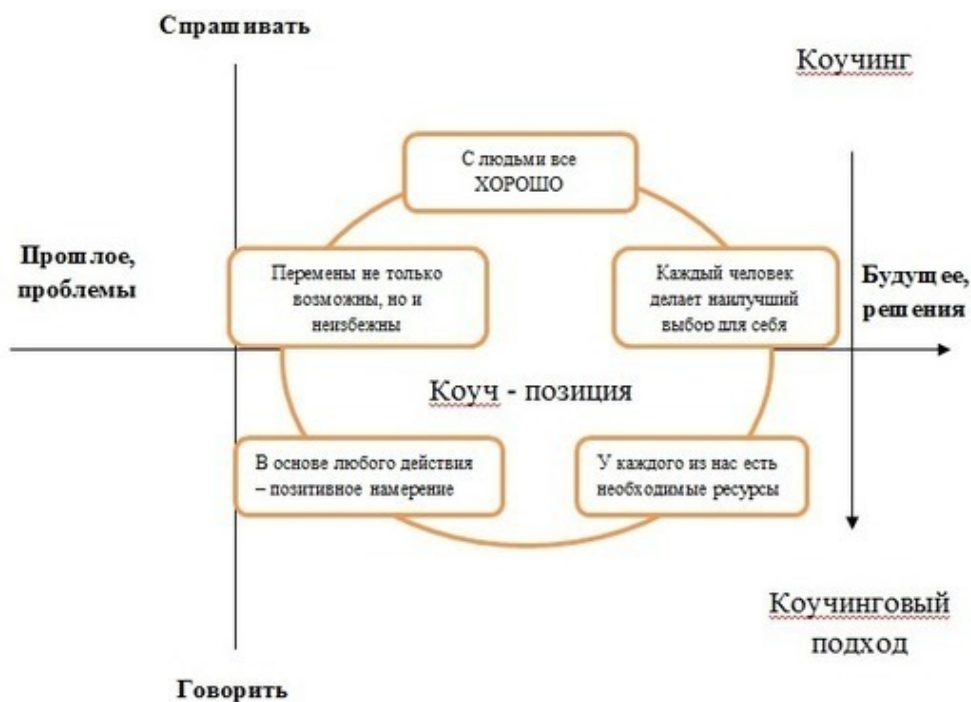


Рис. 1.3 – Сущность коучингового подхода к обучению

Коучинговый подход в отличие от коучинга состоит в привнесении в процесс обучения, развития или управления коучинговой позиции и инструментария коуча, что позволяет, скажем, преподавателю проводить занятия, а руководителю собрания и совещания в коучинговом стиле, которые вдохновляют и мотивируют его участников. Другими словами, коучинговый подход позволяет подключать в профессиональную деятельности элементы коучинга: коуч-позицию и инструменты коучинга [1].

В каких же ситуациях прибегают к коучингу, и в каких находит применение коучинговый подход? Для ответа на этот вопрос рассмотрим лестницу компетентности.



Рис. 1.4 – Лестница компетентностей

Каждый человек в каждый момент времени обладает некоторой компетентностью в определенных сферах. Эти ступеньки человек проходит в любом знании и только с долгой практикой достигает 4-й ступеньки. Какие же методы эффективны на каждой ступеньки лестницы?

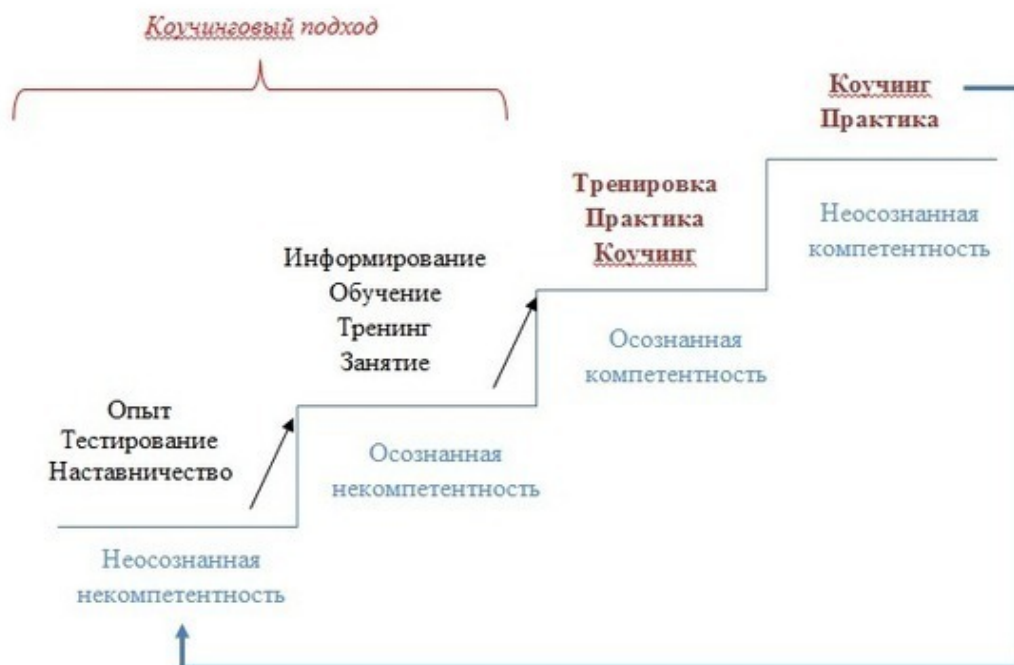


Рис. 1. 5 – Лестница компетентностей

На уровне неосознанной некомпетентности человек осознает свое незнание через новый опыт, сталкиваясь с которым и осознает свою неспособность решить данную проблему из-за нехватки знаний и навыков, а также благодаря тестированию или наставничеству. Таким образом достигается переход на уровень осознанной некомпетентности. При наличии мотивации стать экспертом в данной области, т.е. приобрести компетентность в решении определенного круга задач, возникает интерес как к самообучению, так и к другим формам обучения через тренинги, занятия, семинары, конференции и пр. Переход на уровень неосознанной компетентности (мастерства) достигается благодаря тренировки своих профессиональных навыков, их практическим применению и коучингом. И на этом этапе коуч помогает расширить зону ближайшего развития и путь от осознанной компетентности до неосознанной компетентности преодолеть в разы быстрее. Когда же человек достиг мастерства в своей сфере и находится на уровне неосознанной компетентности коучинг помогает ему увидеть «новую вершину», перейти на уровень неосознанной некомпетентности в новой для себя отрасли знаний вместо того, чтобы «почивать на лаврах» в упоении своими победами и достижениями. Так в непрерывном процессе замыкается цикл развития – цикл «вечной юности». Таким образом, уровень компетентности клиента в определенном вопросе и служит тем самым индикатором, который и определяет использование коучинга или коучингового подхода.

Как же вплетать инструментарий коучинга в арсенал педагогического мастерства преподавателя? Коучинговые технологии можно встраивать практически в любую дисциплину через реализацию тех целей и задач, которые связаны с изучением конкретной дисциплины, при решении проблемных ситуаций и кейсов с использованием техник принятия решений

при групповым взаимодействии, для выработки плана самоподдержки с опорой на свой творческий потенциал и ресурсы личности, умения правильно отнестись к себе в ситуации провала или неуспеха и вытаскивать себя из трясины самоедства через реализацию микроцелей. Об этом подробнее описано в третьей главе. В ней представлены методразработки занятий с использованием коучинговых инструментов и описанием хода работы на каждом этапе занятия. Среди них:

- модель заявления о целях с использованием техники SMART;
- метод обратной задачи (визуализации целей);
- SWOT-анализ;
- техники, способствующие развитию навыков активного слушания и предоставления обратной связи;
- метод «мозгового штурма»;
- стратегия Уолта Диснея;
- техника «Декартовы координаты»;
- упражнение «команда помощников»;
- техника «График Ганта»;
- метод «Альпы»;
- способы расстановки приоритетов с использованием принципа Парето, метода ABC, метода Д. Эйзенхауэра;
- использование метафор и др.

## **Глава 2. Самокоучинг при проектировании учебных занятий**

Применение коучингового подхода (инструментария коучинга в сочетании с коуч-позицией) дает свои результаты при проектировании и проведении учебных занятий, коучинга в чистом виде – при проведении индивидуальных или групповых коуч-сессий в работе со студентами и преподавателями. При планировании учебных занятий и для реализации других задач профессиональной деятельности свои плоды приносит самокоучинг.

В структуре комбинированного занятия можно выделить такие элементы, как:

1. Вдохновение;
2. Постановка целей занятия;
3. Актуализация опорных знаний;
4. Введение нового материал;
5. Первичное закрепление нового материала;
6. Формулирование домашнего задания;
7. Рефлексия занятия.

И каждый элемент занятия требует поиска ответов на конкретные вопросы, которые и определяют его дизайн. Остановлюсь детальнее на этих вопросах.

Вдохновение – очень тонкая субстанция, способная создать атмосферу творчества и поддержки и преобразовать аудиторию в пространство для исследований и личных открытий. Для создания атмосферы заинтересованности и учебной мотивации в начале занятия используются ряд приемов, таких как использование метафор – притч, афоризмов, цитат и историй-зарисовок из жизни известных деятелей в данной или смежной области научного знания, образов и картин для погружения в проблему; ситуации проблемного характера с системой интересных вопросов: со столкновением противоречий; с выявлением причинно-следственных связей; установлением сходства и различий; использованием головоломок, ребусов, загадок; юмор; создание и проектирование ситуации успеха.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.