

<http://surl.li/aequx> (дата звернення: 09.04.2024).

*Каленчук А. І.
м. Харків, Україна*

КОУЧИНГ ЯК ЗАСІБ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Однією з визначальних властивостей сучасного суспільства можна назвати швидкість змін, які пронизують усі сфери життя. В недавньому минулому опанувавши будь-які знання або технології у виробництві чи управлінні, можна було спиратися на це протягом багатьох років. У сучасному ж світі важливим є не поточне володіння спеціальними навичками, а здатність ці навички швидко освоювати та вдосконалювати. І це забезпечують не професійні знання та вміння, а глибинні особистісні якості людини. Тому важливість розвитку особистості, її саморозуміння та самореалізація для сучасного суспільства виходять на перший план.

Саморозвиток є фундаментальною здатністю людини, її внутрішньою та зовнішньою діяльністю зі створення нового у своїй свідомості, переживаннях та поведінці. Він реалізується за допомогою соціокультурних психологічних засобів як знарядь та способів впливу людини на самого себе з метою досягнення самозмін.

Одним з інструментів освіти нового типу можна назвати коучинг, який з'явився в надрах бізнес-освіти та став активно проникати до інших його сфер. Тімоті Голві, ідеолог і творець поняття коучингу, визначив сутність коучингу як “розкриття потенціалу людини з метою максимального підвищення його ефективності. Коучинг не вчить, а допомагає вчитися” [1].

Відповідно до визначення і філософії коучингу, що декларується Міжнародною Федерацією Коучингу, “професійний коучинг - це процес надання професійних послуг, що допомагає клієнтам досягати якісно нових результатів у своєму особистому та професійному житті”. Процес коучингу дозволяє клієнтам поглибити свої пізнання, покращити ефективність та підвищити якість життя.

На кожній із зустрічей клієнт вибирає мету розмови, в той час як коуч слухає і робить внесок у формі спостережень і запитань. Така взаємодія прояснює ситуацію і спонукає клієнта до дії. Коучинг прискорює процес просування клієнта до його мети, допомагаючи йому зосередитися на бажаному результаті, відкриваючи ширший вибір альтернатив.

Що людина одержує від коучингу? Вважається, що це – перш за все, розуміння свого потенціалу і те, як можна його реалізувати, мобілізація внутрішніх ресурсів і, як наслідок, суттєві зміни в житті, що виражаються в конкретних результатах [2].

У процесі коуч-сесії людина отримує доступ до набагато більшої інформації, ніж зазвичай.

Вона починає усвідомлювати власні цінності та цілі та розуміти, які практичні навички необхідні для їх реалізації. У процедурі коучингу гармонійно поєднуються два принципи: принцип усвідомленості та принцип відповідальності. “Першим ключовим елементом у коучингу є усвідомлення, що стає результатом посилення уваги, концентрації та чіткості ... Усвідомлення - це здатність відбирати факти та інформацію та брати їх до уваги, визначаючи їх важливість... Самосвідомість - це знання того, що ви відчуваєте” [3].

Філософія коучингу базується також на принципах, сформульованих Д. Уїтмором [3], послідовником та учнем Голві:

1. Людина, яка звернулася до коуча за допомогою, здорова та в повному порядку.

2. Кожна людина в кожний момент часу робить все, на що вона здатна. При цьому вона керується відомими їй варіантами вирішення завдань, варіантами поведінки, минулим досвідом. Завдання коуча – допомогти клієнту вийти за рамки звичних переконань та стереотипів, що його стримують.

3. Потенціал кожної людини не має кордонів. Все, що потрібно від коуча - допомогти клієнту розкрити його.

4. Клієнт знає про себе, свої проблеми та ситуації, в яких він опинився, значно більше, ніж коуч або консультант. Ні один консультант не зможе допомогти порадою для вирішення поточного завдання настільки ж ефективно, як це може зробити сам клієнт. Тому коуч не дає порад і не передає готових рішень!

Це базовий елемент філософії коучингу. Завдання коуча при цьому - допомогти клієнту задіяти всі його можливості та здібності, свідомі та несвідомі, допомогти клієнту підвищити ясність сприйняття, розвинути усвідомлення. Спираючись на свою позицію повного визнання особистості клієнта, його потенційних можливостей, здатності до творчості та змін, коуч супроводжує його, відзначаючи всі досягнення.

Це абсолютно новий вид соціальних взаємовідносин, що допомагає обом сторонам, як коучу, так і клієнту, розвинути ті сторони своїх осіб, які раніше не були задіяні.

“Коучинг - це комбінація спілкування та підтримки, які мають вкоренитися у нашому культурному шарі настільки, щоб взаємини всіх рівнів могли здійснюватись у парадигмі коучингу як нового та ефективного виявлення кращого у людях та знаходження рішень складних проблем” [3].

Резюмуючи сказане вище, підкреслимо основні особливості коучингу як сучасного засобу саморозвитку особистості.

Коучинг є ефективною психологічною та навчальною технологією, що веде до особистісного розвитку.

Коучинг можна використовувати як інструмент, що підвищує саморозуміння як метод, що прояснює особистісні цілі, засоби та шляхи їх досягнення, а також власні життєві концепції та світоглядні позиції.

Література:

1. Williams, Patrick (2007), “The history and evolution of life coaching” [Електронний ресурс]. URL: Wayback Machine (archive.org)
2. Стандарти Міжнародної федерації коучів.[Електронний ресурс]. URL: kodeks-etiki-icf-na-ukrainskom.pdf (icf-ukraine.org)
3. Whitmore, John (2005), “Coaching for performance” [Електронний ресурс]. URL: PDF (scribd.com)

Канципа К. О.

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ КОНКУРЕНТОСПРОМОЖНИХ ЛІДЕРІВ-УПРАВЛІНЦІВ

Постановка проблеми. Проблема формування конкурентноспроможних лідерів-управлінців є однією з ключових складових процесу створення національної гуманітарно-технічної еліти. На сучасному етапі розвитку суспільства, коли швидкість змін у глобальному бізнес-середовищі постійно зростає, важливо мати ефективних лідерів, здатних адаптуватися до нових умов і приймати стратегічні рішення [2, с. 70]. Однією з ключових проблем є недостатня підготовка молодих спеціалістів до ролі лідерів-управлінців. Багато програм навчання та університетських курсів зосереджені на передачі теоретичних знань, але не надають достатньої уваги розвитку лідерських навичок, таких як комунікація, прийняття рішень, управління конфліктами та інші.

Ще однією проблемою є недостатня увага до розвитку етичних і соціальних аспектів лідерства. У сучасному світі, де глобальні виклики, такі як кліматичні зміни, соціальна несправедливість та економічна нерівність, стають все більш актуальними, важливо мати лідерів, які не лише мають технічні знання, але й здатні приймати рішення з урахуванням етичних і соціальних наслідків. Часто в лідерській сфері переважають представники певних соціальних та гендерних груп, що обмежує можливості розвитку для інших шарів суспільства [4, с. 484].

Для вирішення цих проблем необхідно розробляти і впроваджувати програми навчання, спрямовані на розвиток не лише технічних, але й лідерських і міжособистісних навичок. Також важливо акцентувати увагу на етичних аспектах лідерства та сприяти рівномірному представництву