

image not found or type unknown



Коучинг с каждым днем набирает популярность и все больше людей обращаются к «коучерам» за помощью. Хотя при этом очень многие даже не знают что это такое, как оно работает и для чего нужно.

В данной работе я попробую разобраться, что такое Коучинг, а так же рассмотреть основные понятия, виды коучинга и его применение в управленческой психологии.

И так, коучинг – это метод консалтинга и тренинга, в процессе которого человек, называющийся «коуч», помогает обучающемуся достичь определенной цели. При чем он может быть как индивидуальным, так и групповым. Он направлен на достижение четко определенных целей, а не на общее развитие обучаемого (как например в менторстве). При чем, в коучинге нет четкого наставничества. То есть коуч не дает советы и не дает четкий план действий. Он лишь определяет какие качества нужны человеку для выполнения данной цели и говорит своему подопечному над чем «в себе» ему нужно поработать. А решения и дальнейшие свои действия предпринимает уже сам обучаемый. Если рассмотреть работу коуча например в спорте, то он лишь подсказывает какие качества нужно развить спортсмену для достижения своей цели (стрессоустойчивость, уверенность, умение отключаться от всего постороннего кроме самого процесса и т.д.). А вот уже саму работу над усовершенствованием совершает непосредственно спортсмен. Коуч максимум что может, это подсказать техники, для так называемой «самопрокачки», но только после того, как его подопечный сам об этом попросит.

Виды коучинга

Бизнес-коучинг. Этот вид коучинга подразумевает работу с сотрудниками внутри коллектива. Может быть направлен на групповое взаимодействие, творческие способности, профессиональные навыки и т.д. Так же может проводится и среди руководящих должностей. Ведь порой неуспеваемость коллектива зависит и от руководителя. Так же, коучем может выступать непосредственно руководитель организации.

Лайф-коучинг. Направлен на определение и достижение целей.

Профессиональные лайф-коучи могут иметь сертификаты и дипломы в различных областях, включая психологическое консультирование и родственные ему.

Финансовый коучинг. Новая форма коучинга, направленная на достижение финансовых целей и следованию финансовым планам. Финансовый коуч помогает клиенту уменьшить и реструктурировать долги, уменьшить траты, выработать привычку к накоплению. Существующих исследований недостаточно для установления полезности такого вида коучинга.

Карьерный коучинг. Помогает человеку определиться с долгосрочными целями. Как правило на 5-10 лет, но минимально от 1 года. Этот вид коучинга похож на составление плана компании, но он относится к личностному росту, а не на развитие компании.

Административный коучинг. Направлен на работу с высшим менеджментом организации. Коуч работает с директорами и руководителями групп. Административный коучинг является частью Бизнес-коучинга.

Видов коучинга существует еще очень много. И многие из них применяются в управленческой психологии, но они не напрямую относятся к ней. То есть они являются универсальными и используются почти во всех сферах профессиональной деятельности человека.

Говоря о пользе коучинга стоит помнить о том, что он так же имеет такое фактор, как индивидуальность. То есть если коучинг помог одному, не факт что он поможет другому. Или что если одна стратегия помогла одному, то она поможет и другому и т.д. Каждый случай уникален и к каждому случаю подбирается индивидуальный подход.