

image not found or type unknown



С каждым годом коучинг набирает все большую популярность, поэтому все больше людей обращаются за помощью к “коучерам”.

В этом эссе я постараюсь поподробнее разобраться, что такое Коучинг, а также рассмотреть основные понятия, виды коучинга и его применение непосредственно в управленческой психологии.

Коучинг – это такой метод консалтинга и тренинга, в процессе которого «коуч», помогает человеку достичь определенной цели. При этом коучинг может быть групповым, ну и конечно же индивидуальным. Он направлен на достижение определенных целей, а не на общее развитие как в менторстве. Коуч не дает советов и не подает вам на блюдечке точный план ваших действий. Он лишь направляет человека в нужном направлении, определяет какие качества нужны человеку для достижения данной цели и говорит своему подопечному, над чем ему необходимо поработать. А дальнейшие действия принимает уже сам человек и никто не ведет его за ручку. Максимум что может предложить коуч, так это техники для так называемой “самопрокачки”, но только после того как его попросят. Можно к примеру, рассмотреть работу коуча в спорте. Он лишь подсказывает какие качества необходимо развить спортсмену для достижения своей цели (стрессоустойчивость, уверенность и т.п). А вот уже саму работу совершает непосредственно спортсмен.

Далее хотелось бы рассмотреть **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.

Еще есть много видов коучинга. И есть много тех, что применяются в управленческой психологии, но на прямую с ней не связаны. То есть они являются универсальными и используются практически во всех профессиональных сферах деятельности.

Если начать говорить о пользе коучинга, то тут не все так однозначно. Да, он безусловно полезен, но тут есть такой фактор как индивидуальность. Получается так, что коучинг может помочь одному человеку, но далеко не факт что он поможет другому. Или же если одна стратегия кому-то и поможет, то поможет ли она другому? Пожалуй на эти вопросы нельзя ответить однозначно, ведь каждый человек уникален и каждому человеку необходим свой, индивидуальный подход.