

image not found or type unknown



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

В данном эссе я попробую разобраться, что такое Коучинг, для чего он необходим, а так же рассмотрю основные понятия, виды коучинга и его применение в управленческой психологии.

Итак, коучинг – это метод консалтинга и тренинга, в процессе которого человек, которого называют «коучем», помогает обучающемуся достичь определенной цели. При этом такой вид обучения может быть как индивидуальным, так и групповым. Он направлен на достижение четко определенных целей, а не на общее развитие обучаемого (как например это происходит в менторстве). Причем, в коучинге не выделяется преимущественно наставничество. То есть коуч не дает советы и не прописывает четкий план действий для обучающегося. Он лишь определяет, какие качества нужны человеку для выполнения данной цели и говорит своему подопечному над чем ему нужно поработать и какие личностные качества надо развить. А решения и дальнейшие свои действия предпринимает уже сам обучаемый. Для примера, если рассмотреть работу коуча в спорте, то он только подсказывает какие качества нужно развить спортсмену для достижения своей цели (например, стрессоустойчивость, уверенность, умение отключаться от всего постороннего кроме самого процесса и т.д.). А вот уже саму работу над прокачкой собственных качеств работает непосредственно спортсмен. Максимум, что может сделать коуч, это подсказать техники, для так называемой «самопрокачки», но только после того, как его подопечный сам попросит его об этом.

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 он может проводиться и для представителей руководящих должностей. Ведь стоит учесть то, что иногда неуспешность коллектива начинается с неорганизованного руководства. Так же в

роли коуча может выступать непосредственно сам 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 прочие подобные ему направления, связанные с социальным взаимодействием.

Финансовый коучинг.

Это достаточно 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 слишком мало для определения степени полезности такого вида коучинга.

Карьерный коучинг.

Этот вид коучинга направлен на помощь человеку в определении долгосрочных целей. Как правило, срок, на который происходит такое планирование, рассчитан максимум на 5-10 лет, минимально от 1 года. Этот вид коучинга похож на составление плана компании, но он относится к личностному росту, и не относится к развитию компании.

Административный коучинг.

Направлен на работу с высшим менеджерским составом организации. Коуч в этом случае 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 не относятся к ней напрямую. То есть они являются универсальными инструментами и используются почти во всех сферах профессиональной деятельности человека.

Говоря о пользе коучинга стоит отметить тот факт, что он скорее направлен на индивидуальное взаимодействие с обучаемым. То есть если коучинг помог одному человеку, то еще не факт что он поможет другому. Или что если одна стратегия помогла одному, то она поможет и другому и т.д. Каждый случай является уникальным. Соответственно, для каждого случая необходимо подбирать свой собственный, иногда уникальный, подход.