



Основи коучингу здоров'я

Дисципліна вільного вибору, 3 курс, 6 семестр, 3 кредити ЄКТС.

Анотація. Коучинг здоров'я – це сучасна технологія розвитку потенціалу особистості у сфері здоров'я. У процесі коучингу відбувається розвиток професійних та особистих якостей людини, які покращують якість життя. Коучинг може бути використано як універсальну технологію, яка дозволяє ефективно працювати на суб'єкт-суб'єктному рівні, тобто вміти керувати собою, своїм станом, своїми ресурсами, допомагати іншим у розвитку особистісного потенціалу, у підвищенні особистої ефективності загалом.

Мета: розширити теоретичні уявлення про сутність коучингу здоров'я у професійній діяльності психолога; сформувати практичні навички проведення коучингового процесу.

Завдання вивчення дисципліни:

- вивчення теоретичних та практичних особливостей коучингу здоров'я;
- оволодіння вмінням проводити коуч-сесію;
- формування навичок використання інструментів коучингу для покращення здоров'я особистості.

Результати навчання:

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми особи та пропонувати шляхи її розв'язання за допомогою технік коучингу здоров'я.

ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.

ПР6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури коуч-сесії

ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі коуч-сесії, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.

ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.

ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, які мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.

ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

ПР18. Виявляти та диференціювати проблеми збереження і відновлення психічного здоров'я та психологічного благополуччя.

Викладач: к.психол.н., доцент кафедри загальної та клінічної психології
Кулеша-Любінець Мирослава Миронівна