

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
Коучинг

**Код модуля**  
1159559(1)

**Модуль**  
Практическая работа психолога

**Екатеринбург**

Оценочные материалы составлены автором(ами):

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Чернышева Елена Викторовна	кандидат психологических наук, без ученого звания	Доцент	общей и социальной психологии

**Согласовано:**

Управление образовательных программ

Л.А. Щенникова

Авторы:

- Чернышева Елена Викторовна, Доцент, общей и социальной психологии

## 1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ Коучинг

1.	Объем дисциплины в зачетных единицах	2	
2.	Виды аудиторных занятий	Практические/семинарские занятия	
3.	Промежуточная аттестация	Зачет	
4.	Текущая аттестация	Домашняя работа	1

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Коучинг

Индикатор – это признак / сигнал/ маркер, который показывает, на каком уровне обучающийся должен освоить результаты обучения и их предъявление должно подтвердить факт освоения предметного содержания данной дисциплины, указанного в табл. 1.3 РПМ-РПД.

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)	Контрольно-оценочные средства для оценивания достижения результата обучения по дисциплине
1	2	3
ПК-2 -Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и/или организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования	Д-1 - Эмпатия Д-2 - Стрессоустойчивость Д-3 - Фрустрационная толерантность З-1 - Стандартные базовые процедуры оказания помощи индивиду, группе, организации З-2 - Основные понятия психологического консультирования как вида психологической помощи З-3 - Различные психологические концепции консультирования З-5 - Особенности профессиональной и образовательной деятельности П-1 - Обладать опытом анализа проблем человека в профессиональной и образовательной деятельности; традиционными	Домашняя работа Зачет Практические/семинарские занятия

	<p>психологическими методами и технологиями</p> <p>П-2 - Обладать опытом разработки практических рекомендаций с целью оказания психологической помощи</p> <p>П-3 - Владеть алгоритмами стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи</p> <p>У-1 - Использовать базовые процедуры анализа проблем личности, группы, организации</p> <p>У-2 - Применять психологические знания для решения организационных проблем, связанных с «человеческим фактором»</p> <p>У-3 - Осуществлять приемы психологического консультирования</p> <p>У-4 - Анализировать проблемы человека в профессиональной и образовательной деятельности, в том числе людей с ограниченными возможностями здоровья и при различных заболеваниях;</p>	
<p>ПК-3 -Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера</p>	<p>Д-1 - Эмпатия</p> <p>З-2 - Стандартные методы и приемы психологической профилактики различных личностных отклонений, профессиональной деформации и выгорания</p> <p>З-3 - Возможные профессиональные риски в различных видах деятельности</p> <p>П-3 - Обладать навыками анализа последствий влияния на человека профессиональной деятельности, навыками проведения психологического анализа конкретных видов труда</p> <p>У-1 - Применять программы и методы, направленные на гармонизацию психического функционирования человека и предупреждение отклонений в</p>	<p>Домашняя работа</p> <p>Зачет</p> <p>Практические/семинарские занятия</p>

	<p>социальном и личностном статусе</p> <p>У-4 - Предупреждать, прогнозировать профессиональные риски в различных видах деятельности</p>	
<p>ПК-4 -Способен оценивать и удовлетворять потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам</p>	<p>Д-1 - Ораторские навыки</p> <p>Д-2 - Ассертивность (уверенное поведение)</p> <p>Д-3 - Социальный интеллект</p> <p>З-2 - Современные стандартные требования к документированию, периодичности, качеству и условиям оказания услуг в психологии</p> <p>П-3 - Обладать навыками критически оценивать обратную связь от получателей психологических услуг, психологического просвещения в социальной сфере</p> <p>У-1 - Взаимодействовать с разными лицами и группами по вопросам психологической помощи</p> <p>У-2 - Обосновывать применение конкретных психологических технологий для преодоления трудностей социализации</p> <p>У-3 - Разрабатывать программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач</p>	<p>Домашняя работа</p> <p>Зачет</p> <p>Практические/семинарские занятия</p>
<p>ПК-5 -Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией</p>	<p>Д-1 - Рефлексивность</p> <p>З-1 - Пути и способы повышения уровня профессиональной компетентности</p> <p>З-2 - Кодекс профессиональной этики психологической деятельности</p> <p>З-3 - Модели и методы супервизии</p> <p>П-1 - Владеть приемами профессионального самосохранения и саморазвития</p>	<p>Домашняя работа</p> <p>Зачет</p> <p>Практические/семинарские занятия</p>

	П-2 - Обладать навыками рефлексии своего профессионального опыта У-1 - Планировать свое профессиональное развитие У-2 - Взаимодействовать с супервизором, грамотно выстраивая двухсторонний диалог	
--	--	--

### 3. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ В БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БРС)

#### 3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

<b>1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – не предусмотрено</b>		
Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – <b>не предусмотрено</b>		
Промежуточная аттестация по лекциям – <b>нет</b>		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – <b>не предусмотрено</b>		
<b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1</b>		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>домашняя работа</i>	8,6	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – <b>0.5</b>		
Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – <b>зачет</b>		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – <b>0.5</b>		
<b>3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий – не предусмотрено</b>		
Текущая аттестация на лабораторных занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям – <b>не предусмотрено</b>		

<b>Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям –нет</b> <b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено</b>		
<b>4. Онлайн-занятия: коэффициент значимости совокупных результатов онлайн-занятий –не предусмотрено</b>		
Текущая аттестация на онлайн-занятиях	<b>Сроки – семестр, учебная неделя</b>	<b>Максимальная оценка в баллах</b>
<b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по онлайн-занятиям -не предусмотрено</b>		
<b>Промежуточная аттестация по онлайн-занятиям –нет</b> <b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по онлайн-занятиям – не предусмотрено</b>		

### 3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта

Текущая аттестация выполнения курсовой работы/проекта	<b>Сроки – семестр, учебная неделя</b>	<b>Максимальная оценка в баллах</b>
<b>Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта– не предусмотрено</b>		
<b>Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – не предусмотрено</b>		

## 4. КРИТЕРИИ И УРОВНИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

4.1. В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре/институте критерии (признаки) оценивания достижений студентов по дисциплине модуля (табл. 4) в рамках контрольно-оценочных мероприятий на соответствие указанным в табл.1 результатам обучения (индикаторам).

Таблица 4

### Критерии оценивания учебных достижений обучающихся

<b>Результаты обучения</b>	<b>Критерии оценивания учебных достижений, обучающихся на соответствие результатам обучения/индикаторам</b>
Знания	Студент демонстрирует знания и понимание в области изучения на уровне указанных индикаторов и необходимые для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Умения	Студент может применять свои знания и понимание в контекстах, представленных в оценочных заданиях, демонстрирует освоение умений на уровне указанных индикаторов и необходимых для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Опыт /владение	Студент демонстрирует опыт в области изучения на уровне указанных индикаторов.
Другие результаты	Студент демонстрирует ответственность в освоении результатов обучения на уровне запланированных индикаторов.

	<p>Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения.</p> <p>Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения.</p>
--	---

4.2 Для оценивания уровня выполнения критериев (уровня достижений обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля) используется универсальная шкала (табл. 5).

Таблица 5

**Шкала оценивания достижения результатов обучения (индикаторов) по уровням**

<b>Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов)</b>				
<b>№ п/п</b>	<b>Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов обучения (выполненное оценочное задание)</b>	<b>Шкала оценивания</b>		
		<b>Традиционная характеристика уровня</b>		<b>Качественная характеристика уровня</b>
1.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты в полном объеме, замечаний нет	Отлично (80-100 баллов)	Зачтено	Высокий (В)
2.	Результаты обучения (индикаторы) в целом достигнуты, имеются замечания, которые не требуют обязательного устранения	Хорошо (60-79 баллов)		Средний (С)
3.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты не в полной мере, есть замечания	Удовлетворительно (40-59 баллов)		Пороговый (П)
4.	Освоение результатов обучения не соответствует индикаторам, имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка	Неудовлетворительно (менее 40 баллов)	Не зачтено	Недостаточный (Н)
5.	Результат обучения не достигнут, задание не выполнено	Недостаточно свидетельств для оценивания		Нет результата

**5. СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ**

**5.1. Описание аудиторных контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля**

**5.1.1. Практические/семинарские занятия**

Примерный перечень тем

1. Индивидуальный коучинг

Примерные задания

Письменное упражнение "Списки"

Списки — это мощный инструмент. Они используются во многих важных и разнообразных сферах. В качестве домашнего задания они могут помочь нашим преимущественно «думающим» клиентам с большей легкостью двинуться в сторону того, чтобы стать «чувствующим». Клиенты, которые в своей жизни во многом полагаются на логику, все еще нуждаются в чувствах, но, скорее всего, уже научились преждевременно отключать их. Списки — это творческий способ заставить наш мозг чувствовать, что он находится на стороне мышления, но при этом сосредоточиться на эмоциональном воздействии. Например, вы можете предложить перечислить:

- Как недостаток привязанности моего отца повлиял на то, что я думаю о себе.
- Негативные высказывания о себе, которые я использую
- То, что я хотел бы, чтобы мой начальник сказал или сделал для меня
- Лучшие моменты моей недели через три года, когда я достигну определенной цели.

LMS-платформа – не предусмотрена

## **5.2. Описание внеаудиторных контрольно-оценочных мероприятий и средств текущего контроля по дисциплине модуля**

Разноуровневое (дифференцированное) обучение.

### **Базовый**

#### **5.2.1. Домашняя работа**

Примерный перечень тем

1. Технологии коучинга

Примерные задания

Задание: Построить "Колесо баланса жизни"

Одной из базовых техник является построение колеса баланса жизни. Для работы с этой техникой вам понадобятся цветные карандаши и чистый лист бумаги формата А4 или А3. Алгоритм коучинг техники следующий:

1. На листе бумаги нарисуйте колесо и разбейте его на сектора. Их количество будет соответствовать тем сферам жизни, которые в ней присутствуют. Их может быть 6, 7, 8 и т.д.

2. Какие сектора присутствуют в вашей жизни? Назовите эти сектора так, как вам хочется, и запишите их названия в каждом секторе. Например, семья/отношения, здоровье/ красота/здоровье и красота, карьера/финансы/карьера и финансы и др.

3. Оцените, насколько по шкале от 1 до 10 наполнена на сегодня каждая сфера вашей жизни? Зарисуйте каждый сектор тем цветом, который ассоциируется у вас с этой сферой.

4. Задайте себе вопрос: «В какой сфере мне необходимо в первую очередь значительно продвинуться и это продвижение повлечет существенные изменения и в остальных сферах?» Найдите одну, «ключевую» сферу, изменения в которой приведет в движение все колесо. Выбор одновременно нескольких сфер для синхронного развития будет

напоминать сюжет басни о лебедь, щуке и раке. Ну, а в том, что воз и ныне там сомнений не возникает.

5. После выбора «ключевой» сферы определим «точку на карте», в которой мы находимся в данный момент. Для этого задайте себе вопрос: «Что у меня уже есть в этой сфере на сегодня? Как это выглядит?». Свой ответ как минимум из 5-7 пунктов запишите. Например, для сферы карьеры – это может быть профильное образование, опыт, стабильная и развивающая компания, хорошие взаимоотношения с руководством, наставником, возможность обучения и повышения квалификации... Какие чувства охватывают вас, когда вы видите и осознаете тот клад, которыми мы уже владеете? Примите его с благодарностью и восхищением, ведь вы уже владеете огромным богатством. Ведь все, что происходит в нашей жизни, происходит в ней наилучшим образом и важно принимать это с благодарностью: «Слава Богу за все!»

6. А теперь важно найти ту точку, куда вы хотите попасть в этой «ключевой» сфере – это то состояние, которое будет соответствовать тем максимальным 10 балам, которые определяют границы колеса жизни. Для этого задаем срок – а когда я хочу оказаться в этом месте? Это может быть 1, 3, 5 лет по вашему внутреннему ощущению. Задав срок, запишите ответы на серию вопросов:

- Как я хочу, чтобы было, когда это будет на 10?
- Когда я хочу, чтобы это было на 10?
- Что там есть на 10?
- Что изменилось/добавилось? Здесь важно написать не менее 5-7 пунктов.
- Как это выглядит?
- Что я там чувствую, когда это на 10?
- Представьте и опишите эту картинку! Здесь важна визуализация цели. Мысленно прокрутите перед собой фильм об одном дне жизни в этом состоянии на 10, ощутите пульс и биение этого дня, наполнитесь ощущениями этого дня. Запишите наиболее яркие ощущения! Нарисуйте самую яркую картинку этого дня!

7. После того, как определен отправной пункт и точка назначения на колесе жизни, важно разработать маршрут движения. Колесо жизни техника и формула результата гласит: намерение должно усиливаться действием. Подумайте и запишите ответы на вопросы:

- Что я могу сделать для достижения желаемого состояния?
- Какими будут мои первые 3 простых шага, которые я сделаю в течение ближайших 72 часов?

LMS-платформа – не предусмотрена

### **5.3. Описание контрольно-оценочных мероприятий промежуточного контроля по дисциплине модуля**

#### **5.3.1. Зачет**

Список примерных вопросов

1. Многообразие подходов к пониманию коучинга 2. История коучинга за рубежом 3. История коучинга в России 4. Цель и задачи коучинга 5. Отличия коучинга от тренинга, консультирования, наставничества, менторинга 6. Структура коуч-сессии (алгоритм) 7. Понятие и виды целей в коучинге 8. Пирамида Р.Дилтса. 9. Виды коучинга 10. Техника

«Колесо баланса жизни» 11. Техника «Времена года» 12. Принципы коучинга 13. Самокоучинг 14. Технологии коучинга 15. Функции коучинга 16. Профессия коуча 17. Техника «Важно-срочно» (метод Д.Эйзенхауэра) 18. Техника «Раскрытие солнца»  
LMS-платформа – не предусмотрена

#### 5.4 Содержание контрольно-оценочных мероприятий по направлениям воспитательной деятельности

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения	Контрольно-оценочные мероприятия
Профессиональное воспитание	целенаправленная работа с информацией для использования в практических целях	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности	ПК-2	П-2	Практические/семинарские занятия