#### karta przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Teoria i praktyka coachingu |

1. Usytuowanie przedmiotu w systemie studiów

|  |  |
| --- | --- |
| 1.1. Kierunek studiów | Socjologia |
| 1.2. Forma i ścieżka studiów | Niestacjonarne |
| 1.3. Poziom kształcenia | Studia drugiego stopnia |
| 1.4. Profil studiów | Praktyczny |

|  |  |
| --- | --- |
| 1.6. Specjalność | Coaching indywidualny i grupowy w modelu podmiotowym |
| 1.7. Koordynator przedmiotu | Dr Małgorzata Jedynak |

2. Ogólna charakterystyka przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| 2.1. Przynależność do grupy przedmiotu | Do wyboru/ praktyczny |
| 2.2. Liczba ECTS | 4 |
| 2.3. Język wykładów | Polski |
| 2.4. Semestry, na których realizowany jest przedmiot | II |
| 2.5.Kryterium doboru uczestników zajęć | Dla specjalności: Coaching indywidualny i grupowy w modelu podmiotowym |

1. Efekty uczenia się i sposób prowadzenia zajęć
   1. Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| Lp. | Cele przedmiotu |
|
| C1 | Zapoznanie z problematyką rozwoju osobistego człowieka, ujęcie definicyjne, zapoznanie z głównymi metodami wspierającymi ten proces: coaching, doradztwo, terapia, mentoring, szkolenia |
| C2 | Zapoznanie z istotą, znaczeniem i zastosowaniem metody coachingu w procesie rozwoju jednostki, zmian w organizacji, naukowe fundamenty coachingu, profesjonalizacja coachingu |
| C3 | Zapoznanie z procesem coachingowym, istotą i metodyką. Kształtowanie umiejętności i kompetencji coachingowych podczas ćwiczeń pod kierunkiem opiekuna. Samodzielne przeprowadzanie ćwiczeniowych sesji coachingowych. |

3.2. Przedmiotowe efekty uczenia się, z podziałem na wiedzę, umiejętności i kompetencje, wraz z odniesieniem do kierunkowych efektów uczenia się

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lp. | Opis przedmiotowych efektów uczenia się | Odniesienie do kierunkowych efektów  Uczenia się (symbole) | Sposób realizacji | | | |
| ST | | NST | |
| Zajęcia na Uczelni | Obowiązkowe/dodatkowe\* zajęcia na platformie | Zajęcia na Uczelni | Obowiązkowe/dodatkowe\* zajęcia na platformie |
| Po zaliczeniu przedmiotu student w zakresie **wiedzy** zna i rozumie | | | | | | |
| W1 | Posiada wiedzę z zakresu – czym jest rozwój osobisty i dzięki jakim metodom jest wspomagany. Zna cel i zakres tych form. Dysponuje informacjami na temat roli coachingu, doradztwa, terapii, mentoringu określonych narzędzi w pogłębianiu samopoznania, samoświadomości, kształtowaniu relacji i więzi ze środowiskiem społecznym. | SOC2\_W04 |  |  |  | x |
| W2 | Posiada wiedzę z zakresu istoty, znaczenia i zastosowania coachingu, narzędzi i technik coachingowych, niezbędnych i najważniejszych kompetencji coachingowych | SOC2\_W04 |  |  |  | x |
| Po zaliczeniu przedmiotu student w zakresie **umiejętności** potrafi | | | | | | |
| U1 | Potrafi podczas sesji coachingowej ukierunkować innych do samodzielnego rozwiązywania problemów i dylematów związanych z życiem osobistym, zawodowym, inspiruje do przeprowadzenia zmian, do indywidualnego opracowania planu działania, motywuje w obszarze kształtowania relacji z innymi ludźmi | SOC2\_U02 |  |  | x |  |
| U2 | Potrafi analizować postawy, zachowania, reakcje swoje i innych osób w odniesieniu do obszaru: wartości, norm , potrzeb, oczekiwań indywidualnych i społecznych, inspiruje do dokonywania zmian i realizacji celów | SOC2\_U03 |  |  | x |  |
| Po zaliczeniu przedmiotu student w zakresie **kompetencji społecznych** jest gotów do | | | | | | |  |  |
| K1 | Rozumie potrzebę systematycznego indywidualnego doskonalenia, ciągłego rozwoju osobistego i zawodowego, pogłębiania samopoznania | SOC2\_KO2 |  |  | x | x |
| K2 | Jest świadomy znaczenia umiejętności skutecznej i efektywnej komunikacji w coachingu indywidualnym oraz pracy grupowej. | SOC2\_KO6 |  |  | x | x |

3.3. Formy zajęć dydaktycznych i ich wymiar godzinowy- Studia stacjonarne (ST), Studia niestacjonarne (NST),

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ścieżka | Wykład | Ćwiczenia | Projekt | Warsztat | Laboratorium | Seminarium | Lektorat | Obowiązkowe/dodatkowe[[1]](#footnote-1) zajęcia prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość w formie  WYKŁADU | Inne | **Punkty ECTS** |
| **ST** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **NST** |  | 10 |  |  |  |  |  | 10 |  | 4 |

3.4. Treści kształcenia (oddzielnie dla każdej formy zajęć: (W, ĆW, PROJ, WAR, LAB, LEK, INNE). Należy zaznaczyć, w jaki sposób dane treści będą realizowane (zajęcia na uczelni lub obowiązkowe / dodatkowe zajęcia na platformie e-learningowej prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość)

RODZAJ ZAJĘĆ: WYKŁADY

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lp. | Treść zajęć | Sposób realizacji | | | | |
| ST | | | NST | |
| ZAJĘCIA NA UCZELNI | | OBOWIĄZKOWE / DODATKOWE\*[[2]](#footnote-2) ZAJĘCIA NA PLATFORMIE | ZAJĘCIA NA UCZELNI | OBOWIĄZKOWE / DODATKOWE\* ZAJĘCIA NA PLATFORMIE |
| 1. | Pojęcie rozwoju osobistego, ujęcia definicyjne, znaczenie rozwoju osobistego w życiu człowieka. Omówienie stanowisk różnych przedstawicieli nauki oraz praktyków życia społecznego odnośnie podstaw rozwoju osobistego człowieka w ciągu całego życia. |  | |  |  | x |
| 2. | Formy wspomagania rozwoju osobistego: coaching, doradztwo, mentoring, szkolenia, terapia, Wstępna, ogólna charakterystyka, podobieństwa i różnice. Metodyka tych form. |  | |  |  | x |
| 3. | Coaching – pojęcie, historia i rozwój tej metody, rola, znaczenie i efekty dla rozwoju jednostki i organizacji. Fundamenty coachingu: psychologia, socjologia, filozofia, antropologia. Proces coachingowy. Najważniejsze narzędzia i techniki stosowane w coachingu. Rodzaje coachingu: life coaching, menedżerski, biznesowy, edukacyjny, diet coaching |  | |  |  | x |
| 4. | Kompetencje i umiejętności coacha, Profesjonalizacja w coachingu |  | |  |  | x |
| 5. | Etyka w coachingu | |  |  |  | x |

RODZAJ ZAJĘĆ: ćwiczenia

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lp. | Treść zajęć | Sposób realizacji | | | | |
| ST | | | NST | |
| ZAJĘCIA NA UCZELNI | | OBOWIĄZKOWE / DODATKOWE\* ZAJĘCIA NA PLATFORMIE | ZAJĘCIA na Uczelni | OBOWIĄZKOWE / DODATKOWE\* ZAJĘCIA NA PLATFORMIE |
| 1. | Budowanie porozumienia w celu nawiązania relacji. Proces coachingowy, Sesja coachingowa, etapy, przebieg. Pytania w coachingu |  | |  | x |  |
| 2. | Najważniejsze kompetencje i umiejętności coachingowe, postawa coacha, standardy etyczne, symulacyjne sesje coachingowe |  | |  | x |  |
| 3. | Metoda GROW, metodyka, znaczenie i zastosowanie |  | |  | x |  |
| 4. | Life coaching, coaching zdrowia, coaching biznesowy i menedżerski – charakterystyka, analiza tematów w tych obszarach, symulacja sesji coachingowych |  | |  | x |  |
| 5. | Superwizja w coachingu – cel i znaczenie, ćwiczeniowe przeprowadzanie sesji coachingowych pod kierunkiem opiekuna | |  |  | x |  |

3.5. Metody weryfikacji efektów uczenia się:

Studia niestacjonarne, studia niestacjonarne PUW

Wykłady – egzamin testowy z przedstawionej problematyki

Ćwiczenia – obecność, aktywność podczas ćwiczeń , udział w dyskusjach, wykonywanie zadań domowych i prezentacja ich podczas zajęć, samodzielne przeprowadzenie rozmowycoachingowej - model GROW, wykorzystanie poznanych innych narzędzi i technik, które mogą być zastosowane w coachingu. Studenci przyjmują rolę coachów i klientów. Tematy sesji coachingowych Studenci wybierają indywidualnie.

3.6. Kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Efekt uczenia się | Na ocenę 3 ; 3,5  student potrafi | Na ocenę 4 ; 4,5  student potrafi | Na ocenę 5 ; „zal”  student potrafi |
| W1 | Posiada podstawową wiedzę- czym jest rozwój osobisty, schematycznie charakteryzuje metody wpierania rozwoju osobistego- coaching, doradztwo, szkolenia, ma luki w wiedzy | Posiada pogłębioną wiedzę z zakresu teoretycznych perspektyw, definiowania rozwoju osobistego, ujęć różnych autorów, praktyków, na dobrym poziomie ma wiadomości o podstawowych formach wspierania rozwoju osobistego - coaching, doradztwo, szkolenia, zna ich cel. | Posiada pogłębioną wiedzę z zakresu teoretycznych perspektyw, zróżnicowanego definiowania - rozwoju osobistego, ujęć najważniejszych autorów oraz praktyków, na bardzo dobrym poziomie ma wiadomości o podstawowych formach wspierania rozwoju osobistego - coaching, doradztwo, szkolenia, zna ich cel, metodykę, narzędzia. Wie dokładnie w jakich konkretnych sytuacjach może je zastosować. |
| W2 | Zna coaching jako metodę wspomagającą aktywność jednostki w sferze życia osobistego i zawodowego, rozwoju organizacji, wymienia podstawowe narzędzia i techniki pracy w tym obszarze, dostatecznie omawia kompetencje cochingowe | Dysponuje dokładniejszą wiedzą o coachingu jako metodzie wspierającej aktywność jednostki w obszarze życia osobistego i zawodowego, rozwoju organizacji, dobrze się orientuje w zakresie stosowanych narzędzi i technik pracy, potrafi je scharakteryzować, dobrze omawia kompetencje coachingowe | W oparciu o zróżnicowane materiały źródłowe dysponuje pogłębioną wiedzą o coachingu jako metodzie wspierającej aktywność jednostki w obszarze życia osobistego i zawodowego, rozwoju organizacji, o narzędziach i technikach pracy w tym obszarze, potrafi dokładnie je scharakteryzować, bardzo dobrze omawia kompetencje coachingowe. |
| U1 | Potrafi przeprowadzić rozmowę coachingową, Rozpoznaje i omawia dylematy i problemy życia osobistego, zawodowego wymagające wsparcia, dostatecznie potrafi zainspirować innych do samodzielnego opracowania planu działania przy realizacji wytyczonych celów | Potrafi dobrze przeprowadzić sesję coachingową dobrze rozpoznaje i omawia dylematy i problemy życia osobistego, zawodowego – wymagające rozwiązania, potrafi dostosować konkretne narzędzie w tym zakresie, dobrze inspiruje innych do samodzielnego opracowania planu działania przy realizacji wytyczonych celów | Potrafi bardzo sprawnie przeprowadzić sesję coachingową, bardzo dobrze rozpoznaje i omawia dylematy i problemy życia osobistego, zawodowegowymagające rozwiązania, potrafi dostosować konkretne narzędzie w tym zakresie, reprezentując odpowiednią postawę bardzo dobrze inspiruje innych do samodzielnego opracowania planu działania przy realizacji wytyczonych celów. |
| U2 | Analizuje w sposób uproszczony źródła i przyczyny zachowań, reakcji i postaw własnych oraz innych ludzi | Wyodrębnia i dobrze analizuje źródła i przyczyny określonych ludzkich zachowań, reakcji, postaw. | Wyodrębnia i bardzo dobrze analizuje szczegółowo źródła i przyczyny określonych ludzkich zachowań, reakcji, postaw - w zróżnicowanych sytuacjach społecznych |
| K1 | Jest dostatecznie świadomy znaczenia rozwoju osobistego, zawodowego, pogłębiania samopoznania | Jest w pełni świadomy znaczenia systematycznego osobistego doskonalenia, wszechstronnego rozwoju osobistego i zawodowego w ciągu całego życia | Jest w pełni świadomy znaczenia systematycznego osobistego doskonalenia, samopoznania, pogłębienia samoświadomości, wszechstronnego rozwoju osobistego i zawodowego w ciągu całego życia. Jest świadomy dobroczynnych skutków tego procesu dla podwyższenia jakości życia i poczucia spełnienia. |
| K2 | Ma dostateczną świadomość znaczenia skutecznej komunikacji w grupie | Jest w pełni świadomy znaczenia, zasad skutecznej i efektywnej komunikacji w pracy grupowej, wytyczaniu i osiąganiu wspólnych celów | Jest w pełni świadomy znaczenia, zasad skutecznej i efektywnej komunikacji w pracy grupowej, wytyczaniu i osiąganiu wspólnych celów – np. w sferze biznesowej, nowoczesnego zarządzania |

3.7. Zalecana literatura

**Podstawowa:**

* Jenny Rogers, Coaching, podstawy umiejętności, Gdańsk 2016
* Marilyn Atkinson, Rae T. Chois, Choaching krok po kroku, tom 1 i tom 2, Warszawa 2010
* D. Rock, L.J.Page, Fundamenty coachingu. Neurobiologia a skuteczna praktyka, przekład P. Niedzielski, Warszawa 2014
* S.Thorpe, J.Clifford, Podręcznik coachingu – kompendium wiedzy dla trenerów i menedżerów
* Colin P. Sisson, Podróż w głąb siebie, Wewnętrzne przebudzenie

**Uzupełniająca:**

* Jenny Bird, Sarah Gornall, Sztuka coachingu. Zbiór narzędzi i wskazówek, Łódź 2017
* E. Persloe, Podstawy coachingu
* J. Hollander, Coaching prowokatywny
* O. Rzycka, W. Porosło, Menedżer coachem
* Brian Clegg, Przyśpieszony kurs kreatywności
* Steve Andreas, Przebudowa Twojego Ja

4. Nakład pracy studenta - bilans punktów ECTS

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Rodzaje aktywności studenta** | **Obciążenie studenta** | |
| **studia ST** | **studia NST** |
| **Zajęcia wymagające bezpośredniego kontaktu studenta z nauczycielem akademickim w siedzibie uczelni** |  | **20** |
| Zajęcia przewidziane planem studiów |  | 20 |
| Konsultacje dydaktyczne (mini. 10% godz. przewidzianych na każdą formę zajęć) |  | 2 |
| **Praca własna studenta** |  | **80** |
| Przygotowanie bieżące do zajęć |  | 20 |
| Przygotowanie prac projektowych/prezentacji/itp. |  | 20 |
| Przygotowanie do zaliczenia zajęć |  | 20 |
| Przygotowanie do zaliczenia całego przedmiotu |  | 20 |
| **SUMARYCZNE OBCIĄŻENIE GODZINOWE STUDENTA** |  | **100** |
| **Liczba punktów ECTS** |  | **4** |

|  |  |
| --- | --- |
| Data ostatniej zmiany | 15.03.2022 |
| Zmiany wprowadził | dr Małgorzata Jedynak |
| Zmiany zatwierdził | mgr Dominika Janik-Lis |

1. Niepotrzebne usunąć [↑](#footnote-ref-1)
2. \*Niepotrzebne usunąć [↑](#footnote-ref-2)