

2. Harvey M. A Beginner's Course in Legal Translation: the Case of Culturebound Terms / M. Harvey. URL: [http://www.tradulex.com/ Actes 2000/ harvey.pdf](http://www.tradulex.com/Actes2000/harvey.pdf)

Прусак Павло Вікторович

аспірант університету імені Альфреда Нобеля (м. Дніпро)

e-mail: rezvanoksana1@gmail.com

КОУЧИНГ У ПСИХОЛОГІЇ: ВИДИ І ФУНКЦІЇ

Коучинг, як технологія розвитку особистості з метою досягнення нею конкретних цілей, розрізняється за видами, кожен з яких спрямований на відповідну галузь:

бізнес-коучинг – допомагає визначити пріоритети, прописати алгоритм для досягнення цілей при масштабуванні або згортанні бізнесу, а також для підвищення ефективності комунікації усередині організації або між організацією та партнерами (клієнтами);

лайф-коучинг – спрямований на покращення різних аспектів звичайного життя людини: стосунків, фінансових питань, особистісного зростання тощо;

кар'єрний коучинг – працює на визначення професійних цінностей, сильних і слабких сторін особистості фахівця, рівня домагань щодо професійного майбутнього, постановку кар'єрних цілей, а також допомагає людині оптимізувати пошук роботи, набувати умінь ефективної самопрезентації та розвитку необхідних для кар'єрного зростання компетенцій;

адміністративний коучинг – є підвидом кар'єрного коучингу, що спрямований на роботу з адміністративним складом організацій і дозволяє підвищити якість методів роботи з персоналом і власну управлінську ефективність;

трансформаційний коучинг – працює з особистістю людини з метою її трансформації в усвідомленні власної місії, призначення,

стилю життя тощо. У цьому напрямі коуч спрямовує клієнта на пропрацювання глибинних переконань, що впливають на сценарій його життя, вчить вибудовувати життєву стратегію з урахуванням цінностей, потенціалу та ресурсів;

хелсі-коучинг – допомагає усвідомити цінність здорового способу життя, мотивує до набуття відповідних навичок у режимах активності, харчування, відпочинку тощо, актуалізує пріоритети життєдіяльності та концентрує на позитивному сприйнятті реальності.

Кожен вид коучингу містить у собі два важливі елементи: організаційний, який орієнтує на використання певних алгоритмів впливу на особистість, і психологічний, що стосується орієнтації на ті особистісні характеристики клієнта, які дозволятимуть йому найбільш активно змінюватись у заданій темі. Крім того конкретний коучинг стосується певної психологічної галузі, а отже, має орієнтацію на методи, які саме в цій галузі використовуються, наприклад, у бізнес-коучингу застосовують методи організаційної психології, зокрема ті, що стосуються комунікативних процесів між партнерами та опонентами; у кар'єрному коучингу беруть до уваги методи мотивації особистості, переважно ті, що спрямовані на удосконалення рівня самооцінки та домагань.

Особливої ролі набувають коучинги, що спрямовані на роботу з особистісним перетворенням людини – лайф-коучинг, трансформаційний коучинг та хелсі-коучинг. Тут йдеться саме про готовність клієнта усвідомити власний образ життя і мету особистісної зміни. Коуч має бути готовим до психологічного спротиву клієнта, зокрема через виявлення певних захисних механізмів, пропрацювати можливі травми, стереотипні упередження, актуалізувати вольові процеси особистості клієнта та інші психологічні ресурси, що дозволять ефективно досягти мети.

Отже, коучингові технології функціонально призначені допомогти людині змінитись згідно усвідомленої нею мети.