

Кузьменко Арина Елисеевна

студентка

ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

РОЛЬ НАСТАВНИЧЕСТВА И КОУЧИНГА В СФЕРЕ ЛИЧНОСТНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РОСТА: ПЕРСПЕКТИВЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

***Аннотация:** статья рассматривает роль наставничества и коучинга в сфере личностного и профессионального роста, а также исследует перспективы развития этой области. Подчеркивается значимость наставничества и коучинга в современном мире, где быстрые изменения и конкуренция требуют постоянного саморазвития и адаптации. В статье освещены основные принципы и задачи наставничества и коучинга, а также обозначены перспективы исследований в этой области, включая эффективность методов, психологические аспекты, адаптацию культурных контекстов и разработку новых подходов. Исследования в этой области могут содействовать развитию более эффективных методов поддержки личностного и профессионального роста, способствуя созданию более здоровых и успешных обществ.*

***Ключевые слова:** наставничество, коучинг, обмен знаниями, обмен опытом, наставник, личностный рост, профессиональный рост, эффективность, психологические аспекты, культурные контексты, исследования, перспективы.*

Наставничество – это форма обучения и развития, в которой более опытный или знающий человек направляет менее опытного или знающего человека [1].

Коучинг – это метод обучения, в котором коуч (англ. Coach – тренер) помогает человеку достичь личных или профессиональных целей [2].

Коучинг нужен людям, которые чувствуют, что не могут самостоятельно добиться своих целей и не понимают, как раскрыть свой потенциал. Если говорить еще конкретнее, коуч помогает своим клиентам решить следующие задачи.

Расставить правильные приоритеты. Есть люди, у которых идеи бьют ключом, но они не знают, с чего начать. В итоге дела останавливаются на полпути и человек не реализовывает себя.

Выделить основные жизненные ценности. Это поможет найти стержень – основу, которая изначально привела человека к идее.

Научить выявлять возможности и риски. Коуч помогает человеку смотреть на мир шире, охватывать разные его аспекты, которые раньше не попадали в поле зрения.

Мотивировать и вдохновлять. Это первое, что приходит на ум со словом «коучинг». Некоторым людям не хватает решительности, цепкости, а иногда и жесткости, поэтому задачей коуча является выявить эти слабые места и помочь обернуть их в сильные [2].

Наставничество и коучинг становятся все более важными инструментами в современном мире, где скорость изменений и требования к личностному и профессиональному развитию постоянно растут. Эти подходы не только помогают людям достигать своих целей, но и способствуют развитию их потенциала, самоосознанию и эффективности. Исследования в области наставничества и коучинга показывают, что их воздействие охватывает широкий спектр аспектов человеческой жизни, оказывая положительное воздействие как на личную, так и на профессиональную сферы.

Одним из ключевых аспектов, который выделяется в исследованиях, является эффективность наставничества и коучинга в достижении поставленных целей. Ряд исследований показывает, что люди, обратившиеся за помощью к наставнику или коучу, более успешны в реализации своих целей и стремлений. Это объясняется тем, что процесс наставничества и коучинга позволяет человеку четче определить свои цели, разработать стратегии и действия для их достижения, а также получить поддержку и мотивацию в этом процессе.

Еще одним важным аспектом является развитие личностных качеств и навыков. Исследования показывают, что наставничество и коучинг способствуют улучшению самоуверенности, коммуникативных навыков,

эмоционального интеллекта, управления стрессом и многих других аспектов личности. Это особенно важно в современном мире, где требуется не только профессиональная компетенция, но и развитие мягких навыков для успешной адаптации и взаимодействия.

В профессиональной сфере наставничество и коучинг играют ключевую роль в развитии лидерских качеств и управленческого потенциала. Исследования показывают, что компании, которые активно применяют наставничество и коучинг в своей практике, имеют более высокий уровень удовлетворенности сотрудников, лучшую командную работу и более высокие показатели производительности.

Существует множество направлений исследований в области наставничества и коучинга, которые могут пролить свет на их роль и влияние на личностный и профессиональный рост. Некоторые из них включают.

Эффективность методов наставничества и коучинга: исследования могут оценить, насколько эффективны методы наставничества и коучинга в достижении поставленных целей и повышении результативности в различных сферах жизни.

Психологические аспекты наставничества и коучинга: исследования могут рассмотреть психологические механизмы, лежащие в основе наставничества и коучинга, такие как мотивация, саморегуляция и управление стрессом.

Адаптация методов наставничества и коучинга к различным культурным контекстам: возможность исследовать, как методы наставничества и коучинга адаптируются к различным культурным и социальным контекстам и какие факторы могут повлиять на их эффективность.

Развитие новых подходов и технологий в области наставничества и коучинга: исследования могут сосредоточиться на разработке новых подходов и технологий в области наставничества и коучинга, таких как онлайн-коучинг, виртуальные тренинги и использование искусственного интеллекта.

Исследования в области наставничества и коучинга имеют огромный потенциал для расширения наших знаний о том, как эти методы могут помочь людям

достичь своих личностных и профессиональных целей. Путем систематического анализа и изучения этих методов и их воздействия на различные аспекты жизни можно выявить ключевые факторы успешного наставничества и коучинга, а также определить наиболее эффективные стратегии применения.

Важно также обратить внимание на потенциальные ограничения и недостатки данных методов. Например, некоторые исследования могут сосредоточиться на проблемах эффективности обучения или неэффективности методов, особенно в контексте определенных культур или социальных групп. Также возникает вопрос об уровне доступности наставничества и коучинга для всех слоев населения и в различных странах.

Однако, несмотря на эти ограничения, перспективы исследований в этой области остаются весьма обнадеживающими. Поскольку наставничество и коучинг продолжают развиваться и проникать в различные сферы жизни, понимание их влияния и эффективности становится все более важным.

«Коучинг и наставничество не являются дополнительными или вспомогательными задачами. Они представляют собой часть стиля и подхода к менеджменту, который ставит обучение и развитие личности во главу бизнес-процесса» [3].

Исследования в области наставничества и коучинга не только помогают лучше понять механизмы их действия, но и способствуют созданию более эффективных методов поддержки личностного и профессионального развития. В конечном итоге развитие этой области исследований может привести к созданию более здоровых, мотивированных и успешных обществ [4].

Список литературы

1. Отношения коучинга и наставничества: искусство наставничества: развитие значимых связей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fastercapital.com/ru/content/Отношения-коучинга-и-наставничества--искусство-наставничества--развитие-значимых-связей.html> (дата обращения: 15.05.2024).

2. Коучинг [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://sendpulse.com/ru/support/glossary/coaching> (дата обращения: 15.05.2024).
3. Нортон Б. Наставничество / Б. Нортон, Дж. Тайви. – Нортанты, 1995.
4. Брод Р. Коучинг и наставничество в профессиональном развитии менеджеров: проблемы и возможности / Р. Брод // Методы обучения управленческих кадров. – 2005.