

**Береговая Мария Игоревна**

магистр, бизнес-коуч, семейный, детский, кризисный психолог

г. Москва

DOI 10.31483/r-155708

## **КОУЧИНГ КАК МЕТОД ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ, ПОМОГАЮЩИЙ РАСКРЫТЬ ИХ ПОТЕНЦИАЛ**

***Аннотация:** в современной образовательной парадигме актуализируется необходимость перехода от простой трансляции знаний к комплексному развитию личности учащегося. В статье рассматривается коучинг как метод работы со школьниками, направленный на раскрытие их внутреннего потенциала, обосновывается значимость самоактуализации для достижения подлинного человеческого счастья. Анализируется специфика применения коучингового подхода в образовательной среде: так называемая трансформация роли учителя с использованием сократического диалога и применением структурированных коучинговых интервенций (в частности, модели GROW). Обосновывается тезис о том, что интеграция коучинга в педагогическую практику способствует развитию проактивности, снижению академического стресса и формированию «эффективной личности» школьника.*

***Ключевые слова:** потенциал человека, коучинг, школьники, самоактуализация, методы обучения, позитивная психология, счастье.*

*Введение.*

Каждый человек рожден гениальным, и другого такого в мире нет. Природа произвела человека на свет с определенной созидательной целью – чтобы он реализовал свой уникальный потенциал именно в той отрасли, в которой она наделила его соответствующими задатками и талантами. И для того, чтобы человек себя нашел, очень важно, желательно с самого раннего детства, предоставить ему безопасные и широкие возможности увидеть, осознать и начать развивать этот внутренний ресурс.

Традиционная система школьного обучения, исторически ориентированная на передачу знаний и систему оценивания, зачастую упускает из виду индивидуальную траекторию развития ребенка. Попадая в рамки строгих ожиданий, природные склонности учащегося могут подавляться. Возникает необходимость в поиске и внедрении различных методов и способов, помогающих раскрыть потенциал человека на самом важном этапе его формирования. В данной статье особое внимание обращается на такой метод, как коучинг. Внедрение коучинговых технологий в работу учителей открывает новые горизонты для поддержки школьников, поскольку, когда человек реализован, когда раскрыт его глубинный потенциал, он обретает смысл и чувствует себя по-настоящему счастливым.

*Теоретические аспекты человеческого потенциала и счастья.*

Чтобы в полной мере осознать инструментальную ценность коучинга, необходимо обратиться к теоретическим аспектам того, что же такое потенциал человека и насколько его реализация важна в масштабах всей жизни.

В классической психологии концепция потенциала неразрывно связана с понятием «самоактуализации». Абрахам Маслоу в своей фундаментальной работе «Мотивация и личность» определяет самоактуализацию как стремление человека к самовоплощению, к актуализации того, чем он является потенциально. Маслоу подчеркивал, что эта потребность в реализации строго индивидуальна, отмечая, что музыкант должен создавать музыку, художник должен писать картины, поэт должен писать стихи, если он хочет в конечном итоге быть в мире с самим собой [1].

Применительно к школьному возрасту важнейший вклад в понимание потенциала внесла Мария Монтессори. В своем труде «Воспитание человеческого потенциала» она аргументирует, что дети, особенно после шестилетнего возраста, нуждаются в образовательном фундаменте, который позволит им достичь полноты человеческого бытия [6]. Монтессори видела идеальную образовательную среду как пространство, где ученик осознает свое место во Вселенной и удовлетворен, найдя универсальный центр себя во взаимосвязи со всеми вещами [6].

Современное развитие этих идей нашло отражение в позитивной психологии Мартина Селигмана. В книге «Подлинное счастье» Селигман доказывает, что истинное и продолжительное счастье является результатом не генетики или удачи, а следствием выявления и ежедневного использования своих уникальных сильных сторон (signature strengths) [2]. Таким образом, реализация потенциала – это не просто социальный или академический успех, это базовое условие для достижения психологического благополучия и счастья личности.

#### *Коучинг как метод раскрытия потенциала.*

Понимая важность самореализации, педагогика обращается к различным методам наставничества, менторинга и консультирования. Коучинг выделяется как наиболее экологичный и эффективный инструмент. Джон Уитмор, основоположник применения коучинга в организационном и личностном развитии, дал классическое определение, согласно которому коучинг – это раскрытие потенциала человека для максимизации его собственной производительности. Это помощь людям в обучении, а не обучение их чему-либо [3].

Уитмор подчеркивал, что эффективность работы педагога или коуча напрямую зависит от его системы убеждений: вне зависимости от того, тренирует ли он, консультирует или выступает наставником, эффективность того, что он делает, в значительной степени зависит от его веры в человеческий потенциал [3]. Сами выражения «раскрыть скрытый потенциал» или «получить лучшее от ученика» подразумевают, что внутри человека уже есть нечто большее, ожидающее освобождения. Проблема традиционных систем оценки заключается в том, что детей помещают в условные «коробки успеваемости», из которых им трудно выбраться. Коучинг же призывает учителя смотреть на школьника через призму его будущих возможностей, а не прошлых ошибок [3].

#### *Практическое применение коучинга учителями.*

Каким образом и в какой форме коучинг может применяться учителями для того, чтобы помогать раскрывать потенциал у школьников? Использование ко-

учинговых технологий в школе предполагает так называемую смену ролевой модели педагога: переход от роли «директора», контролирующего процесс, к роли «учителя-коуча».

Педагоги могут использовать элементы коучинга в нескольких форматах:

– развивающий диалог: формат бесед один на один, где учитель помогает школьнику выявить его сильные стороны, поставить личные академические или жизненные цели и разработать план их достижения. Это особенно актуально для старшеклассников в период профессионального самоопределения;

– групповой коучинг: применяется на классных часах. Создаваемая в ходе группового коучинга беседа генерирует безопасность, доверие и взаимопонимание. Школьники учатся слушать друг друга, совместно рефлексировать над сложными ситуациями и находить конструктивные решения;

– коучинговый стиль преподавания (на уроках): интеграция сократического метода в ежедневную практику. Вместо выдачи готовых ответов учитель стимулирует мышление школьников сильными, открытыми вопросами («Как ты пришел к этому выводу?», «Где еще можно применить это правило?», «Какие еще варианты решения ты видишь?»).

Одним из эффективных и доступных инструментов для учителя является разработанная Дж. Уитмором модель GROW, которая представляет собой структурированную последовательность вопросов, ведущих к раскрытию потенциала и принятию ответственности учеником [3].

Таблица 1

Модель GROW в работе школьного учителя

Этап модели	Расшифровка	Вопросы учителя для школьника
G (Goal)	Цель: чего ученик хочет достичь на самом деле?	«Какого результата ты хочешь добиться в этой четверти?», «Что для тебя будет наилучшим итогом этого проекта?»
R (Reality)	Реальность: какова текущая ситуация без оценок и искажений?	«На каком этапе ты сейчас находишься?», «Что уже сделано для достижения цели?», «Какие трудности тебя останавливают?»

<i>O</i> (Options)	Возможности: какие существуют пути решения?	«Какие у тебя есть варианты действий?», «Если бы у тебя были все ресурсы, что бы ты предпринял?», «Кто может тебе помочь?»
<i>W</i> (Will)	Воля/Намерение: конкретные шаги и ответственность	«Какой первый шаг ты сделаешь уже сегодня?», «По шкале от 1 до 10, насколько ты уверен, что выполнишь задуманное?»

Этот метод смещает фокус с внешней мотивации (оценки, наказания, поощрения), на внутреннюю, подлинную мотивацию ребенка. Учащийся берет на себя ответственность за свое образование, что является первым шагом к взрослой самореализации.

#### *Структура коучинговой программы для школьников.*

Для более глубокого раскрытия потенциала школы могут внедрять системные программы коучинга. Эмпирические исследования показывают, что структурированная коучинговая интервенция базируется на конструктивистской образовательной модели и может включать несколько ключевых фаз:

- инициация и вовлечение: установление доверительного контакта и эмпатии между учителем и учеником;
- развитие базовых ценностей: повышение уровня самоуважения и навыков активного слушания;
- управление эмоциями и интроспекция: помощь школьнику в осознании своих чувств и формировании новых парадигм мышления;
- планирование действий: совместная разработка плана для закрепления новых поведенческих паттернов и достижения успеха.

В результате прохождения таких программ у школьников формируется «эффективная личность», компонентами которой являются: адекватная самооценка, академическая целеустремленность, социальная компетентность и уверенность в своей способности решать проблемы.

#### *Заключение.*

Каждый школьник несет в себе уникальные задатки, которые могут стать основой его жизненного успеха. Однако без должного внимания и правильных инструментов этот потенциал рискует остаться нереализованным. Дальнейшее

внедрение коучинговых технологий в арсенал школьных учителей представляет собой мощный шаг навстречу гуманизации образования.

Используя коучинговые подходы – от сократических вопросов до модели GROW, педагог перестает быть просто транслятором информации. Он становится проводником, помогающим ребенку исследовать собственный внутренний мир, формулировать истинные цели и находить внутренние ресурсы для их достижения. Очень важно, чтобы это осуществлялось в рамках школьного обучения, поскольку именно в детстве и юношестве закладывается фундамент личности. Когда человек осознает свою природу, когда он реализован и его потенциал раскрыт в той самой отрасли, к которой он предрасположен, он не только достигает высоких социальных результатов, но и чувствует себя по-настоящему счастливым, принося максимальную пользу обществу.

### ***Список литературы***

1. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2022. – 400 с.
2. Селигман М. Новая позитивная психология: научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман. – М.: София, 2006. – 368 с.
3. Уитмор Дж. Коучинг высокой эффективности. Новый стиль менеджмента, Развитие людей. Высокая эффективность / Дж. Уитмор. – М.: Международная академия корпоративного управления и бизнеса, 2008. – 168 с.
4. Коучинговые технологии в образовательном процессе / Е.В. Фелькер, М.А. Бароян, А.Г. Хамитова, В.Н. Игнатенко // Международный журнал экспериментального образования. – 2016. – №6–2. – С. 270–271.
5. Avilés-Dávila, A.F.; Palacio, M.E.M.; Valle, C.D.G. Impact of Coaching on the Development of Personal and Social Competences among Secondary School Students // Children. 2023. Vol. 10. Iss. 6. P. 1025.
6. Montessori M. To Educate the Human Potential. Ravenio Books, 2015. 110 p.