

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА УПРАВЛІННЯ**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

В.о. декана факультету економіки  
та управління

Андрій КОЦУР

« 31 » 08 2023 р.



**ЗАТВЕРДЖУЮ**

В.о. проректора з науково-  
педагогічної роботи

Віктор ОСТРОВЕРХОВ

« 31 » 08 2023 р.



**РОБОЧА ПРОГРАМА**

з дисципліни

**“УПРАВЛІННЯ ЕМОЦІЙНИМ ІНТЕЛЕКТОМ”**

ступінь вищої освіти – молодший бакалавр  
галузь знань – 07 Управління та адміністрування  
спеціальність – 073 Менеджмент  
освітньо-професійна програма “Менеджмент”

**кафедра менеджменту, публічного управління та персоналу**

| Форма навчання | Курс | Семестр | Лекції (год.) | Практ. (год.) | ІРС (год.) | Тренінг, КПЗ (год.) | СРС (год.) | Разом (год.) | Залік | Екзамен |
|----------------|------|---------|---------------|---------------|------------|---------------------|------------|--------------|-------|---------|
| Денна          | 2    | 4       | 28            | 28            | 3          | 8                   | 83         | 150          | 4     | -       |

31.08.2023  
*[Signature]*

Тернопіль – 2023

Робочу програму склала канд. екон. наук, доцент кафедри менеджменту, публічного управління та персоналу Ірина СМАЧИЛО.



Робоча програма затверджена на засіданні кафедри менеджменту, публічного управління та персоналу, протокол № 1 від 29.08.2023 р.

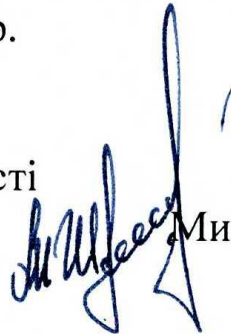
Завідувач кафедри  
д-р екон. наук, професор



Михайло ШКІЛЬНЯК

Розглянуто та схвалено групою забезпечення спеціальності 073 Менеджмент, протокол № 1 від 31.08.2023 р.

Голова групи забезпечення спеціальності  
д-р екон. наук, професор



Михайло ШКІЛЬНЯК

Гарант ОП  
канд. екон. наук, доцент



Ірина ДЕМКІВ

## СТРУКТУРА РОБОЧОЇ ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ “УПРАВЛІННЯ ЕМОЦІЙНИМ ІНТЕЛЕКТОМ”

### 1. Опис дисципліни “Управління емоційним інтелектом”

| Дисципліна<br>“Управління емоційним<br>інтелектом” | Галузь знань, спеціальність,<br>ступінь вищої освіти                                    | Характеристика<br>навчальної дисципліни  |
|--|---|--|
| Кількість кредитів – 5                             | Галузь знань –<br>07 “Управління та<br>адміністрування”                                 | Статус дисципліни:<br>вибіркова<br>Мова навчання:<br>українська  |
| Кількість залікових модулів<br>– 3                 | Спеціальність –<br>073 “Менеджмент”<br><br>Освітньо-професійна<br>програма “Менеджмент” | Рік підготовки:<br><i>Денна</i> – 2<br>Семестр:<br><i>Денна</i> – 4  |
| Кількість змістових<br>модулів – 2                 | Ступінь вищої освіти –<br>молодший бакалавр   | Лекції:<br><i>Денна</i> – 28 год.<br>Практичні заняття:<br><i>Денна</i> – 28 год.  |
| Загальна кількість годин –<br>150                  |   | Самостійна робота:<br><i>Денна</i> – 83 год.<br>Тренінг, КПЗ:<br><i>Денна</i> – 8 год.<br>Індивідуальна робота:<br><i>Денна</i> – 3 год. |
| Тижневих годин – 10,7,<br>з них аудиторних – 4     |   | Вид підсумкового контролю<br>– залік   |

## **2. Мета і завдання дисципліни “Управління емоційним інтелектом”**

### **2.1. Мета вивчення дисципліни**

Метою вивчення дисципліни “Управління емоційним інтелектом” є формування у майбутніх фахівців теоретичних знань та вироблення практичних навичок, які пов’язані з розвитком уявлення про емоційний інтелект та його компоненти (емоційний, когнітивний, комунікативний та поведінковий) та необхідні особистісно-професійні якості, що впливають на розвиток емоційного інтелекту, а також набуття практичних навичок щодо керування власними емоціями та емоціями інших людей.

### **2.2. Завдання вивчення дисципліни**

Головним завданням дисципліни “Управління емоційним інтелектом” є вміння пояснювати сутність “емоційного інтелекту” та його взаємозв’язок з професійним середовищем, освоювати підходи до цілеспрямованого формування емоційного інтелекту, оцінювати рівень сформованості емоційного інтелекту та емоційної грамотності, аналізувати взаємозв’язок емоційного інтелекту та ефективності діяльності керівника, оволодіння сучасними технологіями розвитку емоційного інтелекту.

## **3. Програма навчальної дисципліни “Управління емоційним інтелектом”**

### ***Змістовий модуль 1. Емоції та емоційний інтелект.***

#### ***Тема 1. Загальні уявлення про емоційний інтелект.***

Сутнісні характеристики емоційного інтелекту. Структура емоційного інтелекту. Функції емоційного інтелекту. Основні моделі емоційного інтелекту.

#### ***Тема 2. Емоційний компонент як одна із складових емоційного інтелекту.***

Емоційна чутливість. Сутність поняття “емпатія”. Рівні розвитку емпатії. Емпатійна стійкість.

#### ***Тема 3. Поведінковий компонент як одна із складових емоційного інтелекту.***

Способи викликання емоцій. Контроль емоційних станів. Усунення небажаних емоційних станів. Способи зняття емоційної напруги.

#### ***Тема 4. Управління власними емоціями у професійній діяльності.***

Новітня модель емоційного інтелекту Т. Бредбері та Дж. Грівз. Стратегії розвитку емоційного самосприйняття. Стратегії оволодіння навичками керування власними емоціями. Стратегії оволодіння навичками керування взаємовідносинами з оточуючими.

***Тема 5. Управління емоціями інших людей як засіб конструктивної взаємодії.*** Навички ефективної комунікації. Навички запобігання ескалації та розв’язання конфліктів. Протидія булінгу. Керування стресами.

## *Змістовий модуль 2. Концепція управління емоційним інтелектом керівника.*

### *Тема 6. Емоційний інтелект як основний інструмент успішності керівника.*

Роль емоційного інтелекту у системі основних компетенцій керівника. Розвиток емоційної культури керівника.

### *Тема 7. Емоційна грамотність.*

Сутність феномену емоційна грамотність. Подолання агресії і депресії.

### *Тема 8. Емоційний інтелект лідерів.*

Навички емоційного лідера. Стили емоційного лідерства. Емоційне лідерство. Резонансне лідерство. Відновлення і розвиток лідерських здібностей. Модель емоційного лідерства М. Кетс де Вріс. Керівництво командою на основі емоційного інтелекту.

### *Тема 9. Розвиток здатності до розуміння та управління емоціями в онтогенезі.*

Аспекти виявлення диспозиційного емоційного інтелекту дорослої людини. Стан дослідження ролі емоційного інтелекту в успішності життєдіяльності людини. Взаємозв'язок емоційного інтелекту зі здоров'ям людини.

### *Тема 10. Сучасні технології розвитку емоційного інтелекту.*

Закон ситуаційного змісту. Закон причетності. Закон очевидної реальності. Закони зміни, звикання і порівняльних почуттів. Закон гедонічної асиметрії. Закон збереження емоційної цінності, значущості, рушійної сили емоційного впливу. Закон прагнення до завершеності переживання. Закон урахування наслідків. Закон полегшення навантаження і збільшення ефекту.

## **4. Структура залікового кредиту з дисципліни “Управління емоційним інтелектом”**

| Назва теми   | Кількість годин |                   |                 |              |                |                   |
|--|-----------------|-------------------|-----------------|--------------|----------------|-------------------|
|  | Лекції          | Практичні заняття | Індивід. робота | Тренінг, КПЗ | Самост. робота | Контрольні заходи |
| <b>Змістовий модуль 1. Емоції та емоційний інтелект</b>                  |                 |                   |                 |              |                |                   |
| Тема 1. Загальні уявлення про емоційний інтелект                         | 4               | 4                 | 1               | 2            | 10             | Пот. оп.          |
| Тема 2. Емоційний компонент як одна із складових емоційного інтелекту    | 4               | 4                 |                 |              | 10             | Пот. оп.          |
| Тема 3. Поведінковий компонент як одна із складових емоційного інтелекту | 2               | 2                 |                 |              | 8              | Групові завдання  |
| Тема 4. Управління власними емоціями у професійній діяльності            | 2               | 2                 |                 | 2            | 7              | Пот. оп.          |
| Тема 5. Управління емоціями  | 2               | 2                 |                 |              | 7              | Групові           |

|  |           |           |          |          |           |                  |
|--|-----------|-----------|----------|----------|-----------|------------------|
| інших людей як засіб конструктивної взаємодії                                  |           |           |          |          |           | завдання         |
| <b>Змістовий модуль 2. Концепція управління емоційним інтелектом керівника</b> |           |           |          |          |           |                  |
| Тема 6. Емоційний інтелект як основний інструмент успішності керівника         | 2         | 2         | 1        | 2        | 7         | Групові завдання |
| Тема 7. Емоційна грамотність   | 4         | 4         |          |          | 10        | Пот. оп.         |
| Тема 8. Емоційний інтелект лідерів   | 4         | 4         |          |          | 10        | Групові завдання |
| Тема 9. Розвиток здатності до розуміння та управління емоціями в онтогенезі    | 2         | 2         | 1        | 2        | 7         | Пот. оп.         |
| Тема 10. Сучасні технології розвитку емоційного інтелекту                      | 2         | 2         |          |          | 7         | Групові завдання |
| <b>Разом</b>   | <b>28</b> | <b>28</b> | <b>3</b> | <b>8</b> | <b>83</b> |                  |

## 5. Тематика практичних занять

### Практичне заняття № 1,2

#### Тема 1. Загальні уявлення про емоційний інтелект.

**Мета:** засвоєння теоретичних основ щодо особливостей розвитку емоційного інтелекту, вивчення структури та функцій емоційного інтелекту, вміння проаналізувати основні моделі емоційного інтелекту.

#### Питання для обговорення:

1. Сутнісні характеристики емоційного інтелекту.
2. Структура емоційного інтелекту.
3. Функції емоційного інтелекту.
4. Основні моделі емоційного інтелекту.

### Практичне заняття № 3,4

**Тема 2. Емоційний компонент як одна із складових емоційного інтелекту.**

**Мета:** вміння контролювати емоційну чутливість, розвивати емпатію та управляти емоційною стійкістю.

#### Питання для обговорення:

1. Зміст поняття “емоційна чутливість”.
2. Розвиток емпатичних здібностей.
3. Діагностика емпатії.
4. Елементи емоційної стійкості.

### Практичне заняття № 5

**Тема 3. Поведінковий компонент як одна із складових емоційного інтелекту.**

**Мета:** вміння викликати емоції, контролювати емоційні стани, усувати небажані емоційні стани та знімати емоційну напругу.

#### Питання для обговорення:

1. Способи викликання емоцій.

2. Контроль емоційних станів.
3. Усунення небажаних емоційних станів.
4. Способи зняття емоційної напруги.

#### **Практичне заняття № 6**

##### **Тема 4. Управління власними емоціями у професійній діяльності.**

**Мета:** набуття системних знань та вмінь управляти власними емоціями у професійній діяльності.

##### **Питання для обговорення:**

1. Новітня модель емоційного інтелекту Т. Бредбері та Дж. Гривз.
2. Стратегії розвитку емоційного самоприйняття.
3. Стратегії оволодіння навичками керування власними емоціями.
4. Стратегії оволодіння навичками керування взаємовідносинами з оточуючими.

#### **Практичне заняття № 7**

**Тема 5. Управління емоціями інших людей як засіб конструктивної взаємодії.**

**Мета:** набуття системних знань та вмінь управляти емоціями інших людей.

##### **Питання для обговорення:**

1. Навички ефективної комунікації.
2. Навички запобігання ескалації та розв'язання конфліктів.
3. Протидія булінгу.
4. Керування стресами.

#### **Практичне заняття № 8**

**Тема 6. Емоційний інтелект як основний інструмент успішності керівника.**

**Мета:** формування у керівника високого рівня емоційної компетентності та поглиблення розуміння ролі емоцій і того, як вони впливають на професійну діяльність.

##### **Питання для обговорення:**

1. Роль емоційного інтелекту у системі основних компетенцій керівника.
2. Розвиток емоційної культури керівника.

#### **Практичне заняття № 9,10**

##### **Тема 7. Емоційна грамотність.**

**Мета:** набуття знань і практичних навичок щодо формування емоційної грамотності.

##### **Питання для обговорення:**

1. Сутність феномену емоційна грамотність.
2. Подолання агресії і депресії.

#### **Практичне заняття № 11,12**

## **Тема 8. Емоційний інтелект лідерів.**

**Мета:** вміння аналізувати навички емоційного лідера, стилі емоційного лідерства, виділяти резонансне лідерство, досліджувати відновлення і розвиток лідерських здібностей.

### **Питання для обговорення:**

1. Навички емоційного лідера.
2. Стилi емоційного лідерства.
3. Емоційне лідерство.
4. Резонансне лідерство.
5. Відновлення і розвиток лідерських здібностей.
6. Модель емоційного лідерства М. Кетс де Вріс.
7. Керівництво командою на основі емоційного інтелекту.

## **Практичне заняття № 13**

**Тема 9. Розвиток здатності до розуміння та управління емоціями в онтогенезі.**

**Мета:** засвоєння теоретичних основ щодо особливостей розвитку емоційного інтелекту в онтогенезі, вивчення взаємозв'язку між рівнем розвитку емоційного інтелекту та психічним здоров'ям особистості.

### **Питання для обговорення:**

1. Аспекти виявлення диспозиційного емоційного інтелекту дорослої людини.
2. Стан дослідження ролі емоційного інтелекту в успішності життєдіяльності людини.
3. Взаємозв'язок емоційного інтелекту зі здоров'ям людини.

## **Практичне заняття № 14**

**Тема 10. Сучасні технології розвитку емоційного інтелекту.**

**Мета:** опанування навичками користування технологіями розвитку емоційного інтелекту.

### **Питання для обговорення:**

1. Закон ситуаційного змісту. Закон причетності.
2. Закон очевидної реальності. Закони зміни, звикання і порівняльних почуттів.
3. Закон гедонічної асиметрії. Закон збереження емоційної цінності, значущості, рушійної сили емоційного впливу.
4. Закон прагнення до завершеності переживання. Закон урахування наслідків. Закон полегшення навантаження і збільшення ефекту.

## **6. Комплексне практичне індивідуальне завдання**

Комплексне практичне індивідуальне завдання студента (КПЗ) є видом позааудиторної самостійної роботи студента навчально-дослідницького характеру, яке виконується в процесі вивчення матеріалу навчальної дисципліни “Управління емоційним інтелектом” і завершується разом із



складанням підсумкового заліку із даної дисципліни. Теоретико-практична робота в межах навчальної програми дисципліни, яка виконується на основі знань, умінь і навичок, одержаних в процесі лекційних та практичних занять, охоплює всі теми та зміст навчального курсу в цілому.

Мета: самостійне вивчення частини матеріалу, систематизація, поглиблення, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань студента з навчального курсу та розвиток навичок самостійної роботи.

Завершене КППЗ подається у вигляді скріпленого документу (зшитих аркушів паперу формату А4) з титульною сторінкою та внутрішнім наповненням змісту завдання. Оцінка за КППЗ виставляється на основі попереднього ознайомлення викладача зі змістом КППЗ і захистом завдання шляхом усного звіту студента про виконану роботу. КППЗ оформляється у відповідності із встановленими вимогами. При виконанні та оформленні КППЗ студент може використовувати комп'ютерну техніку. Кожне КППЗ оцінюється за 100-бальною шкалою.

Комплексне практичне індивідуальне завдання (КППЗ) з дисципліни “Управління емоційним інтелектом” виконується самостійно кожним студентом.

## **7. Самостійна робота студентів**

Перелік питань для самостійного опрацювання з дисципліни “Управління емоційним інтелектом”:

1. Емоційний інтелект, емоційна компетентність, емоційна культура особистості.
2. Емоційний інтелект лідерів.
3. Особливості емоційного інтелекту та мотиви лідерів.
4. Вплив емоцій на хід ділової розмови.
5. Вплив емоцій на поведінку та прийняття управлінських рішень.
6. Емоційний інтелект в управлінні персоналом.
7. Проблема емоційного інтелекту в професійній діяльності особистості.
8. Управління емоціями у конфлікті.
9. Комунікативні емоції.
10. Інтелектуальні емоції, або афективно-когнітивні комплекси.
11. Характеристика емоційних станів, які виникають у процесі діяльності.
12. Феномен «емоційного вигоряння».
13. Проблеми з емоційним інтелектом: нерозуміння намірів і настрою, емоційного стану і мотивації.
14. Здібності у структурі емоційного інтелекту як фактор формування особистості.
15. Емоційний інтелект керівника як регулятор ділової взаємодії.
16. Діагностика власного емоційного інтелекту.

## **8. Тренінг з дисципліни**

## Тематика тренінгу

1. Розвиток емоційного інтелекту для підвищення професійної ефективності керівників.

2. Підвищення стресостійкості та подолання негативних емоцій.

### Організація і проведення тренінгу

**Вступна частина** проводиться з метою ознайомлення студентів з темою тренінгового заняття.

**Організаційна частина** полягає у визначенні правил проведення тренінгового заняття.

**Практична частина** реалізується шляхом виконання завдань у групах студентів у кількості 3-4 осіб з певних проблемних питань теми тренінгового заняття.

**Підведення підсумків.** Обговорюються результати виконаних завдань у групах. Обмін думками з питань, які виносилися на тренінгові заняття.

## 9. Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

У процесі вивчення дисципліни “Управління емоційним інтелектом” використовуються наступні засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання:

- поточне опитування;
- модульне тестування та опитування;
- презентації результатів виконання завдань;
- письмова робота;
- оцінювання виконання КППЗ;
- залік.

## 10. Критерії, форми поточного та підсумкового контролю.

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни “Управління емоційним інтелектом” визначається як середньозважена величина, залежно від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

| Заліковий модуль 1  | Заліковий модуль 2  | Заліковий модуль 3  |
|---|---|---|
| 30%   | 40%   | 30%   |
| Опитування під час занять (Теми 1-4 по 10 балів = 40 балів)<br>Письмова робота = 60 балів | Опитування під час занять (Теми 5-10 по 5 балів = 30 балів)<br>Письмова робота = 70 балів | Участь у тренінгах = 20 балів<br>Підготовка КППЗ, на основі сформованих індивідуальних завдань = 50 балів<br>Захист КППЗ = 30 балів |

### Шкала оцінювання:

| За шкалою ЗУНУ | За національною шкалою | За шкалою ECTS |
|----------------|------------------------|----------------|
| 90–100         | відмінно               | A (відмінно)   |

|       |              |  |
|-------|--------------|--|
| 85-89 | добре        | <b>B</b> (дуже добре)                                      |
| 75-84 |              | <b>C</b> (добре)   |
| 65-74 | задовільно   | <b>D</b> (задовільно)                                      |
| 60-64 |              | <b>E</b> (достатньо)                                       |
| 35-59 | незадовільно | <b>FX</b> (незадовільно з можливістю повторного складання) |
| 1-34  |              | <b>F</b> (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)    |

## 11. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

| № з/п | Найменування   | Номер теми |
|-------|--|------------|
| 1.    | Мультимедійне забезпечення викладання лекцій (проектор; <i>on-line</i> платформи: <i>ZOOM; Google Meet</i> ) | 1-10       |
| 2.    | Система дистанційного навчання ЗУНУ <i>moodle.wunu.edu.ua</i>  | 1-10       |
| 3.    | Пакет прикладних програм базових інформаційних технологій: <i>MS Office</i>                                  | 1-10       |
| 4.    | Телекомунікаційне програмне забезпечення ( <i>Internet Explorer, Opera, Google Chrome, Firefox</i> )         | 1-10       |

## РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект. К.: Віват, 2018. 512 с.
2. Гоулман Д., Маккі Е., Бояціс Р. Емоційний інтелект лідера. К.: Наш формат, 2019. 288 с.
3. Девід Дестено. Емоційний успіх. К.: Фабула, 2019. 288 с.
4. Девід Р. Карузо, Пітер Соловей. Емоційний інтелект керівника / пер. з англ. К.: Самміт-книга, 2016. 296 с.
5. Девід Сьюзен. Емоційна спритність. Х.: В-во Клуб сімейного дозвілля, 2019. 288 с.
6. Книш А.Є. Емоційний інтелект лідера у сфері бізнесу: навч. посіб.; за заг. ред. Романовського О.Г., Калашникової С.В. К.: Пріоритети, 2016. 40 с.
7. Козлова В. Технологія EQ-BOOST. Як використовувати емоційний інтелект у бізнесі та житті. Львів: В-во Старого лева, 2019. 176 с.
8. Котенко Л.А. Розвиток емоційного інтелекту як передумова розвитку інноваційної особистості: метод. посіб. Ясинувата, 2018. 93 с.
9. Сенн Ларрі. Ліфт настрою. Як керувати своїми почуттями та емоціями. Х.: В-во Клуб сімейного дозвілля, 2019. 224 с.
10. Смачило І.І. Ключові аспекти управління емоційним інтелектом. Матеріали доп. всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. з міжнародною участю "Актуальні проблеми менеджменту та публічного управління в умовах інноваційного розвитку економіки" (Частина 1), м. Тернопіль, 15 трав. 2020 р. Тернопіль, 2020. С. 178-180.
11. Федорчук В.М. Тренінг особистісного зростання: навч. посіб. Київ: Центр учбової літ-ри, 2018. 250 с.
12. Хессон Джил. Кишенькова книжка емоційного інтелекту. К.: Фабула, 2020. 172 с.
13. Шкільняк М.М., Овсянюк-Бердадіна О.Ф., Крисько Ж.Л., Демків І.О.

Менеджмент: навч. посіб. Тернопіль: ЗУНУ, 2022. 258 с.

14. Guedira J. “Emotional Intelligence in management”, *Master intelligence economique et stratégies compétitives*, février, 2018. 27 p.

15. Zeidner M.R., Roberts D. *What we know about Emotional Intelligence. How it Affects Learning, Work, Relationships and our Mental Health*. Massachusetts, Institute of Technology, 2017. 442 p.