

**ДВНЗ «ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**

**факультет психології  
кафедра загальної та клінічної психології**



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
«  
Психотехнології розвитку емоційного інтелекту»**

Освітня програма «Клінічна та реабілітаційна психологія»  
другого (магістерського) рівня вищої освіти

**Спеціальність 053 Психологія  
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки**

Івано-Франківськ  
2020 рік

Робоча програма з навчальної дисципліни

Робоча програма з «Психотехнології розвитку емоційного інтелекту» для студентів спеціальності 053 Психологія. 2020 р. 19 с.

Розробник:

Міщиha Лариса Петрівна – доктор психологічних наук, професор кафедри загальної та клінічної психології

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри загальної та клінічної психології.

Протокол від "28" серпня 2020 р. № 2

Завідувач кафедри загальної та клінічної психології

(Москалець В.П.)

"28" серпня 2020 р.

Схвалено методичною комісією факультету психології

Протокол від "28" серпня 2020 р. № 2

Голова

(Пілецька Л. С.)

# 1. Опис навчальної дисципліни

© \_\_\_\_\_, 20\_\_ рік

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 05 – Соціальні та поведінкові науки (шифр і назва)	За вибором	
	Спеціальність 053 – «Психологія»		
Модулів – 1	Спеціалізація  Клінічна та реабілітаційна психологія	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 2		__2__-й	__2__-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання  _____ (назва)		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин - 90		__3__	__3__
Тижневих годин для денної форми навчання:  аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 5	Освітньо-кваліфікаційний рівень: «Магістр психології»	<b>Лекції</b>	
		12 год.	6 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		__18__ год.	4 год.
		<b>Лабораторні</b>	
		__-__	__-__
		<b>Самостійна робота</b>	
60 год.	80 год.		
<b>Індивідуальні завдання:</b>			
__ год.			
<b>Вид контролю:</b>			
Залік			

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 33,3%:66,7%

для заочної форми навчання – 11,1%:88,9%

© \_\_\_\_\_, 20\_\_ рік

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета** навчальної дисципліни: поглибити теоретичні уявлення щодо механізмів формування і функціонування феномену емоційного інтелекту; окреслити психотехнології розвитку емоційного інтелекту особистості; сформувати у студентів досвід практичного застосування знань у повсякденному житті та в майбутній професійній діяльності.

**Завдання** навчального курсу:

1. Здійснити теоретичне обґрунтування феномену «емоційний інтелект».
2. Розкрити психологічні закономірності, механізми, структурні компоненти EQ.
3. Виокремити вікові та статеві особливості розвитку емоційного інтелекту та чинники його розвитку.
4. Розробити психолого-педагогічний супровід розвитку емоційного інтелекту особистості.
5. Вміти володіти психотехнологічним інструментарієм розвитку емоційного інтелекту особистості.

### ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Місце навчальної дисципліни «Психотехнології розвитку емоційного інтелекту» визначається фундаментальною роллю для майбутніх психологів знань, вмінь та навичок з вищезгаданого курсу; важливістю розуміння психологічних основ розвитку емоційного інтелекту особистості і прикладного використання отриманих компетентностей у майбутній професійній діяльності.

Курс спрямований на формування знань у студента на предмет розуміння природи емоційного інтелекту, його місця у психічній життєдіяльності індивіда, знання індивідуально-психологічних та вікових особливостей розвитку EQ, володіння психотехнологічним інструментарієм його розвитку і застосування у професійній діяльності психолога. Дисципліна поєднує теоретичні та прикладні аспекти таких галузей знань як «Загальна психологія», «Диференціальна психологія», «Психофізіологія», «Психодіагностика», «Вікова психологія», «Соціальна психологія» та ін.

### ПРОГРАМНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ

<b>Інтегральна компетентність</b>	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, клінічної та реабілітаційної психології та професійної підготовки у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів психологічної науки і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.
-----------------------------------	--

<b>Загальні компетентності (ЗК)</b>	ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК 3. Здатність генерувати нові ідеї та приймати обґрунтовані рішення (креативність). ЗК 4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
<b>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)</b>	СК 4. Здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну, профілактично-просвітницьку) з використанням науково верифікованих методів та технік. СК 9. Дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями. СК10.Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях. СК 11.Здатність створювати, організовувати та реалізовувати психологічний супровід та реабілітацію людині у ситуації хвороби.
<b>ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ</b>	
<p>ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.</p> <p>ПР6.Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотний зв'язок, оцінювати якість.</p> <p>ПР10. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.</p> <p>ПР11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.</p>	

### **КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ**

В основу системи оцінювання знань студентів по навчальній дисципліні «Психотехнології розвитку емоційного інтелекту» закладені наступні критерії:

- 1) повнота знань – вичерпна достатність у відтворенні інформації щодо змісту навчальної дисципліни;
- 2) адекватність знань – їх правильність, відповідність теоретико-методологічним основам курсу;
- 3) усвідомленість (осмисленість) знань – розуміння смислу інформації по навчальній дисципліні та вміння його вербалізувати;

### **ЗАСОБИ ОЦІНЮВАННЯ**

Оцінювання навчальних досягнень студентів за усіма видами навчальних робіт проводиться за *поточним* та *підсумковим* контролюми. Поточний контроль знань студентів з навчальної дисципліни проводиться в усній та письмовій формі (тестування, контрольна робота, самостійна робота).

Контроль самостійної роботи проводиться шляхом перевірки виконаних завдань. Усі контрольні заходи включено до 100-бальної шкали оцінювання.

**Оцінювання знань студентів** здійснюється за 100-бальною шкалою, де 50 балів відводиться на оцінку усних відповідей студентів, тестування, презентації, виконання самостійної роботи та контрольної роботи і 50 балів – залік.

Виходячи з цього, оцінка **«відмінно»** ставиться за наявність у студента вичерпних і правильних знань щодо головних проблем курсу, розгляду яких були присвячені лекційні та семінарські заняття. При цьому знання повинні бути осмисленими, що проявляється у повноті та адекватності їх пояснення. Вміння підходити до рішення завдання не тільки у форматі репродукції, але й творчого мислення.

Оцінка **«добре»** ставиться за наявність у студента знань щодо більшості тем з навчальної дисципліни, які передбачені навчальною програмою. При цьому знання характеризуються адекватністю, але є частково усвідомленими (студент по формі відповідає правильно, а пояснити смисл може не завжди).

Оцінка **«задовільно»** ставиться за наявність у студента фрагментарних знань з курсу, які при цьому не завжди точно ним розуміються і недостатньо повно вербалізуються.

Оцінка **«незадовільно»** ставиться за відсутність у студента знань щодо головних проблем курсу, або ж за наявність часткових знань, які він неправильно розуміє і неправильно трактує.

### Розподіл балів, що отримують студенти

Поточне опитування та самостійна робота														залік	Всього
Змістовий модуль 1				Змістовий модуль 2											
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14		
-опитування на семінарських заняттях (максимум 5 б); -підготовка і презентація реферату (максимум 10б); - творча індивідуальна робота (максимум 10 б); - конспект праці з аналітикою (презентація)- 5 б. - контрольна робота (максимум 10 балів); - участь у груповій роботі (кейси, дискусії, круглі столи)- (максимум 10 б)				-опитування на семінарських заняттях (максимум 5 б); -підготовка і презентація реферату (максимум 10б); -творча індивідуальна робота (максимум 10 б); - конспект праці з аналітикою (презентація)- 5 б. - контрольна робота (максимум 10 балів); - участь у груповій роботі (кейси, дискусії, круглі столи)- (максимум 10 б) інші 50 балів – це залікова творча робота										50	100

## T1, T2 і т.д. – теми дисципліни

Самостійна робота студентів ділиться на базову і додаткову.

Базова самостійна робота забезпечує підготовку студента до аудиторних занять і контрольних заходів. Результати цієї підготовки виявляються в активності студента на заняттях, при виконанні ним контрольних робіт, тестових завдань й інших видів робіт. Базова самостійна робота студентів включає: опрацювання лекційного матеріалу і рекомендованої літератури; пошук (підбір), огляд літератури і електронних джерел інформації; вивчення матеріалу, винесеного на самостійне опрацювання; підготовка до семінарських занять; підготовка до написання контрольних робіт, інших форм поточного контролю; систематизація вивченого матеріалу перед семестровим іспитом.

Додаткова самостійна робота спрямована на поглиблення і закріплення знань студента, розвиток аналітичних навичок з проблематики навчальної дисципліни. Вона включає такі види робіт: аналіз наукових публікацій з визначеної викладачем теми; написання есе за заданою проблематикою; опрацювання наукових джерел, виконання творчого завдання, побудова моделей, схем, таблиць з означених завдань.

*Самостійна робота студентів* максимально оцінюється залежно від виду роботи. За конспектування матеріалів з актуальних питань диференціальної психології студенти отримують 5 балів; за індивідуальну роботу – 5 бали; за конспект праць і його презентацію- 5 балів; за написання і презентацію реферату – 5 балів

Всього самостійна робота студента оцінюється у 20 балів.

Для оперативного опитування студентів на семінарських заняттях використовують *тестовий контроль знань* з тем, які виносяться на самостійне опрацювання. Для цього передбачені завдання з вибором однієї правильної відповіді з чотирьох запропонованих, завдання на встановлення правильної відповідності, завдання на встановлення правильної послідовності. Сукупна кількість балів за тест – 5 балів.

**Шкала оцінювання: національна та ECTS**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою (пояснення)
90 – 100	<b>A</b>	відмінно (відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок)
80 – 89	<b>B</b>	дуже добре (вище середнього рівня з кількома помилками)
70 – 79	<b>C</b>	добре (загалом правильне виконання з певною кількістю суттєвих помилок)
60 – 69	<b>D</b>	задовільно (непогано, але зі значною кількістю недоліків)
50 – 59	<b>E</b>	достатньо (виконання задовольняє мінімальним критеріям)
26 – 49	<b>FX</b>	незадовільно (з можливістю повторного складання)
0-25	<b>F</b>	неприйнятно (з обов'язковим повторним курсом)



## **Програма навчальної дисципліни**

### **Змістовий модуль 1. Теоретичні засади дослідження емоційного інтелекту особистості**

#### **Тема 1. Емоційний інтелект. Феноменологія поняття**

Предмет і завдання курсу. Історія становлення проблеми емоційного інтелекту у психологічній науці. Інтелект і емоції.

#### **Тема 2. Структурні компоненти емоційного інтелекту**

Сутнісні характеристики емоційного інтелекту.

Структура емоційного інтелекту. Функції емоційного інтелекту. Зв'язок емоційного інтелекту з особистісною зрілістю. Роль емоційного інтелекту у попередженні агресивності та конфліктності.

#### **Тема 3. Психологічні механізми розвитку EQ**

Вплив сім'ї на розвиток емоційного інтелекту особистості. Психологічні чинники розвитку емоційного інтелекту особистості. Зв'язок емоційного інтелекту з п'ятіркою "глобальних" факторів особистості.

#### **Тема 4. Вікові особливості розвитку EQ**

Розвиток емоційного інтелекту у дошкільному віці. Розвиток EQ у молодшому шкільному віці. Розвиток емоційного інтелекту підлітків. Розвиток EQ у юнацькому віці. Розвиток емоційного інтелекту в роки молодості. Розвиток емоційного інтелекту в зрілі роки особистості.

### **Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти розвитку емоційного інтелекту особистості**

#### **Тема 5. Психодіагностичний інструментарій рівня розвитку EQ**

Методичний апарат емпіричного дослідження розвитку емоційного інтелекту особистості. Структура емпіричного дослідження. Обґрунтування застосування методів діагностики емоційного інтелекту.

#### **Тема 6. Психологічний супровід розвитку емоційного інтелекту особистості**

Психотехніки розвитку емоційного інтелекту особистості. Арт-терапія.

Психотехнологія ДПДГ. Методики РЕТ (раціонально-емотивна терапія).

Практика уважності (Mindfulness). Арт-терапевтичні засоби. Тілесноорієнтовані вправи, релаксаційні, дихальні, медитативні, танцювальні техніки, психогімнастика.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин												
	денна форма							заочна форма					
	усьог		у тому числі					усьог		у тому числі			
	го	л	п	лаб	інд	с.р.	о	л	п	лаб	інд	с.р.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
<b>Модуль 1</b>													
<b>Змістовий модуль 1. Теоретичні засади дослідження емоційного інтелекту особистості</b>													
Тема 1. Емоційний інтелект. Феноменологія поняття	9	2	2			5	12	2	2			8	
Тема 2. Структурні компоненти емоційного інтелекту	9	2	2			5	10	2				8	
Тема 3. Психологічні механізми розвитку EQ	9	2	2			5	8					8	
Тема 4. Вікові особливості розвитку EQ	9	2	2			5	10					10	
Разом за змістовим модулем 1	36	8	8			20	40	4	2			34	
<b>Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти розвитку емоційного інтелекту особистості</b>													
Тема 5. Психодіагностичний інструментарій рівня розвитку EQ	14	2	2			10	10					10	
Тема 6-7. Психологічний супровід розвитку емоційного інтелекту особистості	16	2	4			10	24	2	2			20	

Тема 8. Психологічний супровід розвитку емоційного інтелекту особистості	12		2			10	10					10
Тема 9. Психологічний супровід розвитку емоційного інтелекту особистості	12		2			10	6					6
Разом	54	4	10			40	50	2	2			46
Разом за змістовим модулем 2	90	12	18			60	90	6	4			80

## 6. Теми практичних занять

### 7. денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	<b>Змістовий модуль 1. Теоретичні засади дослідження емоційного інтелекту особистості</b>	
1	Емоційний інтелект. Феноменологія поняття	2
2	Структурні компоненти емоційного інтелекту	2
3	Психологічні механізми розвитку EQ	2
4	Вікові особливості розвитку EQ	2
	<b>Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти розвитку емоційного інтелекту особистості</b>	
5	Психодіагностичний інструментарій рівня розвитку EQ	2

6-7	Арт-терапевтичні техніки (малюнок, мандала, музичні вправи, груповий колаж, ліплення, групова казка)	4
8	Психотехнологія ДПДГ. Методики РЕТ (раціонально-емотивна терапія).	2
9	Практика уважності (Mindfulness). Тілесноорієнтовані вправи, релаксаційні, дихальні, медитативні, танцювальні техніки, психогімнастика	2
	Всього	18

### *Заочна форма навчання*

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	<b>Змістовий модуль 1. Теоретичні засади дослідження емоційного інтелекту особистості</b>	
1.	Емоційний інтелект. Феноменологія поняття	2
2.	Психологічні механізми розвитку EQ	2
	<b>Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти розвитку емоційного інтелекту особистості</b>	
3.	Арт-терапевтичні техніки (малюнок, мандала, музичні вправи, груповий колаж, ліплення, групова казка)	2
4.	Психотехнологія ДПДГ. Методики РЕТ	2
	Всього	8

### **6. Теми семінарських занять**

№ з/п	Назва теми	Кількість годин

### **7. Теми лабораторних занять**

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
...		

### **8. Самостійна робота**

*Денна форма навчання*

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	<b>Змістовий модуль 1. Теоретичні засади дослідження емоційного інтелекту особистості</b>	С / 3
1.	До теми: «Емоційний інтелект. Феноменологія поняття» 1.Написати реферат «Емоційний інтелект». 2.Опрацювати статтю Міщихи Л. П. Психолого-педагогічний супровід розвитку емоційного інтелекту старшокласників. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. К.: Видавництво «Фенікс», 2020. Т. XII. Психологія творчості. Випуск 27. С. 185-192.	5 / 8
2.	До теми «Структурні компоненти емоційного інтелекту»  Підготовка реферату: «Емоції та інтелект»  Побудувати модель емоційного інтелекту(структурні складові)	5 / 8
3.	До теми «Психологічні механізми розвитку EQ»  1.Запишіть функції емоцій у соціальній взаємодії. Наведіть приклади їх реалізації.  2.Запишіть функції емоцій у соціальній взаємодії. Наведіть приклади їх реалізації.  3.Описати набір характеристик, виходячи з розуміння емоційного інтелекту, які повинен мати майбутній психолог для його успішної професійної діяльності.	5 / 8

4.	<p>До теми «Вікові особливості розвитку EQ»</p> <p>1.Описати особливості прояву емоційного інтелекту на кожному віковому етапі розвитку.</p> <p>2.Законспектувати працю Є. В. Карпенко Емоційний інтелект як фактор особистісного життєздійснення // <a href="#">Психологічні перспективи</a>. 2017. Вип. 30. - С. 50-63. - Режим доступу: <a href="http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst_2017_30_7">http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst_2017_30_7</a></p>	5 / 10
	<p><b>«Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти розвитку емоційного інтелекту особистості</b></p>	
5.	<p>До теми «Психодіагностичний інструментарій рівня розвитку EQ»</p> <p>1. Виконати тести емоційного інтелекту, розроблені у межах різних моделей емоційного інтелекту та визначити їх переваги і недоліки</p>	10 / 10
6-7	<p>До теми «Арт-терапевтичні техніки» (малюнок, мандала, музичні вправи, груповий колаж, ліплення, групова казка)</p> <p>1. Підібрати арт-терапевтичні техніки для розвитку емоційного інтелекту й описати їх.</p> <p>2.Законспектувати статтю Міщиха Л. П., Кахно І. В. Психотехнології розвитку емоційного інтелекту <a href="https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2020/08/EURASIAN-SCIENTIFIC-CONGRESS_9-11.08.20.pdf">https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2020/08/EURASIAN-SCIENTIFIC-CONGRESS_9-11.08.20.pdf</a> С.238-244.</p>	10 / 20
8.	<p>До теми «Психотехнологія ДПДГ. Методики РЕТ (раціонально-емотивна терапія)».</p> <p>1. Підібрати техніки розвитку емоційного інтелекту в руслі вищезначених напрямів.</p> <p>2. Виписати з художньої літератури приклад опису поведінки художнього персонажа твору з низьким рівнем емоційного інтелекту і, відтак, іншого персонажа – з високим.</p>	10 / 10

9.	<p>До теми: «Практика уважності (Mindfulness). Тілесноорієнтовані вправи, релаксаційні, дихальні, медитативні, танцювальні техніки, психогімнастика».</p> <p>Створити «Щоденник моїх емоцій», відрефлексувати емоційні стани та проаналізувати за кожен тиждень динаміку розвитку емоційного інтелекту.</p> <p>Провести практику уважності (Mindfulness) і проаналізувати свій емоційний стан. Режим доступу: <a href="https://patriotdefence.org/braindeka/psycheya/gigiena-dlya-rozumu.-shho-take-majndfulnes-meditacziya-ta-yak-vona-vplivae-na-golovnij-mozok.html">https://patriotdefence.org/braindeka/psycheya/gigiena-dlya-rozumu.-shho-take-majndfulnes-meditacziya-ta-yak-vona-vplivae-na-golovnij-mozok.html</a></p>	10 / 6
	Разом	60 / 80

### **ФОРМИ КОНТРОЛЮ**

Усне та письмове опитування, навчальні тести, контрольна робота, індивідуальна робота, конспекти першоджерел, реферати, термінологічний словник, залік, іспит.

### **ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ, ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ**

Навчальна дисципліна «Психотехнологія розвитку емоційного інтелекту» передбачає використання мультимедійного обладнання (комп'ютер, проектор).

### **МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ**

Підручники, першоджерела, атласи

### **Методи навчання**

Пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, метод проблемного викладання, частково-пошуковий, дослідницький(активні методи навчання: групові дискусії, метод синектики, мозковий штурм, ігрові методи, евристичні тощо).

### **ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ**

2. Назвіть основні етапи історії формування поняття «емоційний інтелект».
3. Визначте відмінності між поняттями «загальний (когнітивний) інтелект» та «емоційний інтелект».
4. Визначте відмінності між моделями емоційного інтелекту як системи вроджених здібностей і змішаними моделями.
5. Якщо людина реагує на емоціогенний подразник імпульсивно (миттєво), на якому рівні сформованості емоційного інтелекту здійснюється її діяльність?
6. Якщо вчитель реагує на неповагу до нього з боку одного з учнів спокійно (бо він знає про несприятливі стосунки у родині цього учня), на якому рівні сформованості емоційного інтелекту здійснюється діяльність педагога?
7. Розкрийте зміст понять внутрішньоособистісного та міжособистісного інтелекту як компонентів емоційного інтелекту.
8. Назвіть особливості підвидів інтелекту за Х. Гарднером.
9. Який з видів інтелекту формується разом з набуттям людиною базових знань (15-20 років) і протягом наступного життя залишається практично незмінним?
10. Який з видів інтелекту створює більшу вірогідність досягнення успіху в життєдіяльності?
11. Який з видів інтелекту сприяє вирішенню когнітивно складних задач?
12. Який з видів інтелекту допомагає людині стати популярною у колективі (однолітків, співробітників)?
13. Назвіть принаймні три змінні, що опосередковують вплив емоційного інтелекту на здоров'я людини.
14. Чому емоційний інтелект доцільно формувати саме в середній школі? З яких основних постулатів виходять автори теорії емоційного інтелекту?
15. На прикладі діяльності *психолога* визначте наступне:
  - А) набір характеристик, які повинен мати фахівець для його успішної професійної діяльності, й оцініть можливість їх формування в процесі проведення тренінгів емоційного інтелекту;
  - Б) оцініть власні особистісні позитивні та негативні риси в аспекті рівнів сформованості емоційного інтелекту;



В) якщо б Ви проводили тренінг емоційного інтелекту, а Ваші сильні та слабкі властивості були притаманні Вашому клієнтові, як би Ви тактично надали йому зворотний зв'язок щодо необхідних шляхів самовдосконалення?

Г) поставте перед уявним клієнтом чіткі цілі на шляху самовдосконалення;

Д) розподіліть цілі на доступні здійсненню етапи їх досягнення.

## РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Основна

1. Андреева И.Н. Об истории развития понятия «эмоциональный интеллект» / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. №5. 2008. С.83–95
2. Гоулман, Д. Г. Эмоциональный интеллект / Дэниел Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. М.: АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009. 478.
3. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. Moskwa : Альпина Бизнес Букс, 2008. 301 с.
4. Дерев'янку С.П. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах // Соціальна психологія. 2008. N 1. С.96-104.
5. Карпенко Емоційний інтелект як фактор особистісного життєздійснення / // [Психологічні перспективи](#). 2017. Вип. 30. С. 50-63. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst\\_2017\\_30\\_7](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst_2017_30_7)
6. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн. // Психологическая диагностика. 2006. N 4. С. 3-22.
7. Міщиха Л. П., Кахно І. В. Психотехнології розвитку емоційного інтелекту [https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2020/08/EURASIAN-SCIENTIFIC-CONGRESS\\_9-11.08.20.pdf](https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2020/08/EURASIAN-SCIENTIFIC-CONGRESS_9-11.08.20.pdf) С.238-244.
8. Міщиха Л. П. Психолого-педагогічний супровід розвитку емоційного інтелекту старшокласників. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. К.: Видавництво «Фенікс», 2020. Т. XII. Психологія творчості. Випуск 27. С. 185-192
9. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект як інтегральна особистісна властивість // Практична психологія та соціальна робота. №9, 2008.- С.22-27.
10. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект : концептуалізація феномену, основні функції (монографія) К. : Вища школа, 2003. 126с.
11. Опанасюк І.В. Психодіагностика розвитку емоційного інтелекту особистості в старшому шкільному віці. // [Вісник Дніпропетровського університету. Серія :](#)

Психологія. 2015. Вип. 21. С. 94-103. Режим доступу:

[http://nbuv.gov.ua/UJRN/vdups\\_2015\\_21\\_13](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vdups_2015_21_13)

12.Тримаскина И.В. Тренинг эмоционального интеллекта и развития личной эффективности. СПб. : Речь, 2010. 157с.

13.Шпак М.М. Функціональні особливості емоційного інтелекту особистості// Технології розвитку інтелекту. 2016. Т. 2 Вип. 3. Режим доступу:

[http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri\\_2016\\_2\\_3\\_11](http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2016_2_3_11)

### Допоміжна література

1.Бхарвани Г. Жизнь с эмоциональным интеллектом / Гиту Бхарвани. СПб. : Прайм–ЕВРОЗНАК, 2009. –218с.

2..Вилюнас В. Психология эмоций. СПб. : Питер, 2007. 496 с.

3.Гарскова Г.Г. Введение понятия «Эмоциональный интеллект» в психологическую теорию// Ананьевские чтения: науч.-практ. конф. –СПб, 1999. – С.25–26.

4.Девис М. Проверьте свой EQ. TestyouEQ. Умны ли вы эмоционально?М. : РИПОЛ классик, 2006. 192с.

5.Зарицька В.В. Професійно–формувальні передумови розвитку емоційногоінтелекту//Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія : збірник наукових праць. –Харків, 2009. Вип. 32. С.108–118.

6.Изард К. Психология эмоций / Кэррол Изард. СПб, 2007. 464с.

7.Куттер П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. М. : ООО Издательский дом «София», 2004. 256с.

8.Мейер Г. Психология эмоционального мышления // Хрестоматия по общей психологии. Психология мышления / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.В.Петухова. М., 1981. С.123–129

9.Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості. К.:Либідь, 2007.- С.180-181.

10. Нікіфорова Л.Б. Структура та функції емоційної культури особистості // Гуманітарні науки. Науково-практичний журнал. 2007. № 2 (14). С. 150 –154.

11. Стейн, Стивен Дж. Преимущества EQ: Эмоциональный интеллект и ваши успехи. Д.: Баланс Бизнес Букс, 2007.С.12-289.
12. Хьелл, Зиглер Д. Теории личности. СПб.: Питер, 2001.С.496-521