

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Факультет економіки та управління
Кафедра менеджменту

СИЛАБУС
вибіркового освітнього компонента
ЕМОЦІЙНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ (ТРЕНІНГ)

підготовки бакалавра
галузі знань 07 Управління та адміністрування
спеціальності 073 Менеджмент
освітньо-професійної програми Менеджмент

Луцьк – 2024

Силабус освітнього компонента «ЕМОЦІЙНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ (ТРЕНІНГ)»
підготовки бакалавра, галузі знань 07 Управління та адміністрування,
спеціальності 073 Менеджмент, за освітньо-професійною програмою
Менеджмент.

Розробник: Ющишина Л. О., доцент кафедри менеджменту, кандидат
економічних наук, доцент.

Погоджено:

Гарант ОПП Менеджмент



Ірина ВОЛИНЕЦЬ

**Силабус освітнього компонента затверджено на засіданні кафедри
менеджменту**

протокол № 2 від 04 вересня 2024 р.

Завідувач кафедри:



Наталія ХОМЮК

I. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна програма, освітній ступінь	Характеристика освітнього компонента
Заочна форма навчання	07 Управління та адміністрування 073 Менеджмент Менеджмент Перший (бакалаврський)	Вибірковий
Кількість годин/кредитів 150/5		Рік навчання <u>2</u> -ий
		Семестр <u>4</u> -ий
ІНДЗ: <u>немає</u>		Лекції <u>4</u> год.
		Практичні (семінарські) <u>6</u> год.
		Самостійна робота <u>122</u> год.
		Консультації <u>18</u> год.
	Форма контролю: <u>залік</u>	
Мова навчання	Українська	
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.vnu.edu.ua/course/view.php?id=2125	

II. Інформація про викладача

Ющишина Лариса Олексіївна

Науковий ступінь – кандидат економічних наук

Вчене звання – доцент

Посада – доцент кафедри менеджменту

Контактна інформація викладача:

Телефон 0303381598

Електронна пошта: Yushchyshyna.Larysa@vnu.edu.ua

Дні занять розміщено на <http://94.130.69.82/cgi-bin/timetable.cgi?n=700>

III. Опис освітнього компонента

1. Анотація курсу. Освітній компонент «Емоційний менеджмент (тренінг)» належить до вибірових компонентів, спрямований на формування навиків розпізнавати і контролювати свої, а також чужі емоції; усвідомлено управляти собою, розвивати емоційну компетентність та емоційний інтелект, їх складові у процесі прийняття рішень менеджерів різних рівнів управління та у взаємозв'язку з процесами трудової діяльності; розуміти емоції інших людей, позитивно впливати на емоційну атмосферу контакту; справлятися зі стресом на роботі, з важкими стосунками в колективі, з хвилюванням і страхом перед важливими подіями, з апатією, складністю зробити перший крок і прокрастинацією; трансформувати негативні емоції у позитивні; керувати емоціями при спілкуванні з іншими людьми.

2. Пререквізити і постреквізити освітнього компонента

Пререквізити: освітній компонент «Емоційний менеджмент (тренінг)» передбачає знання та навички з таких ОК, як «Групова динаміка та комунікації (тренінг)», «Менеджмент», є суміжним з ОК «Самоменеджмент»,

Постреквізити: «Менеджмент персоналу», «Мотивація персоналу».

3. Мета і завдання освітнього компонента

Мета викладання освітнього компонента – засвоєння теоретичних знань та формування у майбутніх менеджерів високого рівня емоційної компетентності та поглиблення розуміння ролі емоцій і того, як вони впливають на професійну діяльність.

Основними **завданнями** освітнього компонента є: формування здобувачами здатностей до систематизації знань про емоції, почуття, емоційні стани; знання сутності емоційної компетентності та емоційного інтелекту, їх складових та місця у процесі прийняття управлінських рішень; розуміння ролі емоційного інтелекту в алгоритмі ухвалення управлінських рішень; вміння

організовувати роботу у напрямку ситуативного менеджменту для швидкої ліквідації проявів емоцій, і стратегічному, що передбачають необхідність зміни умов, які призводять до виникнення тих чи інших емоцій; вміння розпізнавати справжні причини виникнення емоцій; знання причин появи емоцій і свої реакції на них, знати як запобігти виникненню негативних емоцій, вміти перенаправляти енергію емоцій в інше русло; засвоєнню на практикумах-тренінгах основних моделей ефективної стратегії поведінки професіонала-лідера, вміння приймати правильні рішення, що сприятимуть цілісності організації, її успішності на ринку праці та послуг, а також даватимуть змогу гармонійніше налагоджувати взаємини в колективі, розбудовувати емоційно насажене, комунікативно конструктивне, творче професійне життя.

4. Результати навчання (компетентності)

Загальні компетентності:

ЗК3. Здатність до абстрактного мислення, аналізу, синтезу.

ЗК9. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК10. Здатність до проведення досліджень на відповідному рівні.

ЗК11. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

ЗК13. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.

ЗК14. Здатність працювати у міжнародному контексті.

ЗК15. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів)

Спеціальні компетентності :

СК6. Здатність діяти соціально відповідально і свідомо.

СК9. Здатність працювати в команді та налагоджувати міжособистісну взаємодію при вирішенні професійних завдань.

СК13. Розуміти принципи і норми права та використовувати їх у професійній діяльності.

СК14. Розуміти принципи психології та використовувати їх у професійній діяльності.

СК15. Здатність формувати та демонструвати лідерські якості та поведінкові навички.

Програмні результати навчання:

ПРН14. Ідентифікувати причини стресу, адаптувати себе та членів команди до стресової ситуації, знаходити засоби до її нейтралізації.

ПРН15. Демонструвати здатність діяти соціально відповідально та громадсько свідомо на основі етичних міркувань (мотивів), повагу до різноманітності та міжкультурності.

ПРН16. Демонструвати навички самостійної роботи, гнучкого мислення, відкритості до нових знань, бути критичним і самокритичним.

Освоєння освітнього компонента «Емоційний менеджмент (тренінг)» сприятиме освоєнню таких soft skills як: емоційний інтелект, стресостійкість, емпатія, комунікативні навички, гнучкість, адаптивність, саморегуляція, лідерські якості.

5. Структура освітнього компонента

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Сам. роб.	Конс.	Форма контролю/ Бал
Змістовний модуль 1. Емоції та їх сприйняття						
Тема 1. Основні концепції, проблематика та зміст курсу «Емоційний менеджмент»	13	2		10	1	РС/2, ПЗ/4, Т/4
Тема 2. Емоційно-вольова сфера особистості	14		2	10	2	ФО/4, РМГ/2, Т/4
Тема 3. Рефлексивні методики сприйняття емоцій	13			12	1	РС/2, К/4, Т/4
Тема 4. Емоційний інтелект та емоційна компетентність в системі менеджменту	14			12	2	РС/2, ПЗ/4, Т/4
Тема 5. Емоційний інтелект лідера у сфері бізнесу	13			12	1	РС/2, К/4, Т/4
Разом за модулем 1	67	2	2	56	7	50

Змістовний модуль 2. Компоненти емоційного реагування						
Тема 6. Емпатійне лідерство	14	2		10	2	Е/2, РМГ/2, Т/4
Тема 7. Емоційна складова комунікації	13		2	10	1	РМГ/2, ФО/2, Т/4
Тема 8. Експресія як зовнішній вираз емоцій	14			12	2	ПЗ/2, РС/2, Т/4
Тема 9. Стрес та його подолання	14		2	10	2	РМГ/2, ФО/2, Т/4
Тема 10. Емоційне вигорання : причини виникнення, динаміка та шляхи запобігання	14			12	2	ПЗ/2, РС/2, Т/4
Тема 11. Прокрастинація як соціально-психологічне явище	14			12	2	РС/2 Е/4, Т/4
Разом за модулем 2	83	2	4	66	11	50
Всього годин / Балів	150	4	6	122	18	100

Форма контролю*: поточне оцінювання (письмова контрольна робота (ПКР), фронтальне опитування (ФО), есе чи реферат (Е), тести (Т), розгляд ситуаційних завдань (РС), РМГ – робота в малих групах, виконання практичних завдань (ПЗ), розгляд кейсів (К).

6. Завдання для самостійного опрацювання

Самостійна робота з освітнього компонента «Емоційний менеджмент (тренінг)» передбачає підготовку до аудиторних (практичних) занять – опрацювання лекційного матеріалу та самостійне опрацювання окремих тем (питань) освітнього компонента, розв'язання практичних та тестових завдань, розв'язання кейсів, підготовку до усіх видів контролю.

Питання та завдання для самостійної роботи визначені відповідними темами освітнього компонента та містяться в електронному курсі у веб-середовищі системи управління навчанням Moodle: <http://moodle.vnu.edu.ua/course/view.php?id=2125>

IV. Політика оцінювання

Політика щодо відвідувань занять: відвідування занять є обов'язковим. Здобувачі освіти зобов'язані дотримуватися термінів, визначених для виконання усіх видів робіт, передбачених силабусом. Пропущені заняття відпрацьовувати у визначений час згідно затвердженого графіка.

За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування, участь в наукових заходах тощо) навчання може відбуватись в цей період в онлайн формі або за індивідуальним планом за погодженням із викладачем.

Здобувач освіти повинен старанно виконувати завдання, брати активну участь в освітньому процесі.

Політика щодо зарахування результатів формальної, неформальної та інформальної освіти визначається Положенням про визнання результатів, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки (<http://surl.li/qbxvmw>).

Політика щодо академічної доброчесності окреслюється Положенням про систему запобігання та виявлення академічного плагіату в науковій та навчальній діяльності здобувачів вищої освіти, докторантів, науково-педагогічних і наукових працівників Волинського національного університету імені Лесі Українки (<http://surl.li/jntduw>) та Кодексом академічної доброчесності Волинського національного університету імені Лесі Українки (<http://surl.li/aagxg>).

Політика щодо дедалайнів та перескладання: у випадку, якщо здобувач освіти не відвідував окремі аудиторні заняття (з поважних причин), на консультаціях він має право відпрацьовувати пропущені заняття та добрати ту кількість балів, яку було визначено на пропущені теми.

Політика щодо додаткових (бонусних) балів: здобувачам освіти можуть бути присуджено додаткові (бонусні) бали, які зараховуються як результати поточного контролю максимум 15 балів за такі види робіт: опубліковану наукову статтю у фахових виданнях України чи рецензованих закордонних журналах – 10 балів; публікацію тез – з виступом на конференції 5 балів, без виступу – 3 бали; підготовку та участь у всеукраїнському етапі предметних олімпіад, всеукраїнському та міжнародних конкурсах студентських наукових робіт – 7 балів; перемогу у всеукраїнському етапі предметних олімпіад, всеукраїнському та міжнародних конкурсах студентських наукових робіт – 15 балів; подачу проектних заявок на участь в студентських програмах обміну, стипендійних програмах, літніх та зимових школах тощо – 7 балів.

V. Підсумковий контроль

Порядок організації поточного та підсумкового контролю знань здобувачів освіти регламентується Положенням про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів освіти Волинського національного університету імені Лесі Українки (<http://surl.li/ukitbu>).

Семестровий залік виставляється здобувачам освіти на підставі результатів виконання усіх видів запланованої навчальної роботи протягом семестру за 100-бальною шкалою.

Перездача підсумкового контролю освітнього компонента проводиться у вигляді письмового тестування. Тестові запитання складено відповідно до структури курсу. Містять 50 запитань з однією правильною відповіддю. Кожне запитання оцінюється у 2 бали. Максимальна оцінка 100 балів.

Терміни проведення підсумкового семестрового контролю встановлюються графіком освітнього процесу.

Перелік питань до заліку

1. Визначення та фізіологічні механізми емоцій.
2. Емоції та їх загальна характеристика.
3. Види та форми емоцій.
4. Функції емоцій
5. Характеристика емоційних проявів.
6. Класифікація емоцій та почуттів.
7. Почуття як вид емоційних станів. Головна відмінність емоцій і почуттів.
8. Настрій як емоційний стан.
9. Компоненти емоційного реагування.
10. Рівні емоційного реагування.
11. Емоційність як відкритий прояв емоцій і почуттів.
12. Афект як найсильніший вид емоційної реакції.
13. Емоційний інтелект : сутність та значення.
14. Основні елементи емоційного інтелекту.
15. Емоційний капітал менеджера.
16. Емоційна компетентність.
17. Емоційна складова міжособистісних комунікацій.
18. Емоційний інтелект лідера у сфері бізнесу.
19. Психологічні прийоми у спілкуванні менеджера.
20. Технології управління емоціями.
21. Ефективні практики ситуаційного менеджменту.
22. Стратегічний емоційний менеджмент.
23. Рефлексивні методики сприйняття емоцій.
24. Техніки розвитку емоційного інтелекту.
25. Емоційний інтелект та ефективність управлінської роботи (взаємозв'язок).
26. Оцінювання та розвиток EQ менеджера.
27. Емоційне лідерство.
28. Емоційна складова комунікації.
29. Емотивна комунікація та її соціальна функція.

30. Алекситимія, її симптоми та причини.
31. Експресивні та вісцеральні засоби вираження емоцій.
32. Комунікативний контроль.
33. Поняття та форми експресії.
34. Емпатія та самоемпатія.
35. Самосвідомість та внутрішній світ людини.
36. Сутність поняття страх та механізми його виникнення.
37. Види фобій.
38. Сутність, види та основні причини стресу.
39. Фізіологічні та психологічні аспекти стресу.
40. Стресові розлади та їх наслідки.
41. Методи подолання стресу.
42. Поняття стрес-менеджменту.
43. Психологічні та соціальні підходи до боротьби зі стресом
44. Методи профілактики стресів.
45. «Синдром вигорання» як складний психофізіологічний феномен.
46. Симптоми та стадії вигорання.
47. Причини виникнення та способи запобігання «синдрому вигорання».
48. Емоційне вигорання: сутність, причини, способи запобігання його виникнення.
49. Прокрастинація як соціально-психологічне явище.
50. Види та основні причини виникнення прокрастинації.

VI. Шкала оцінювання

Оцінювання результатів складання підсумкового контролю у вигляді заліку здійснюється у порядку, передбаченому прийнятою в Університеті системою контролю знань за 100-бальною шкалою з переведенням у лінгвістичну оцінку.

Оцінка в балах	Лінгвістична оцінка
90 – 100	Зараховано
82 – 89	
75 – 81	
67 – 74	
60 – 66	
1 – 59	Незараховано (необхідне перескладання)

Критерії оцінювання результатів навчання:

60-100 балів (зараховано): здобувач володіє понятійним і фактичним апаратом освітнього компонента в обсязі, необхідному для подальшого навчання і майбутньої роботи за фахом, здатний виконувати завдання, передбачені силабусом, ознайомлений з основною рекомендованою літературою; при виконанні завдань припускається помилок, але демонструє спроможність їх усувати.

1-59 балів (незараховано): здобувач володіє понятійним і фактичним апаратом освітнього компонента на елементарному рівні, теоретичний зміст курсу не освоєний, необхідні практичні навички роботи не сформовані, більшість передбачених силабусом завдань не виконано або містять грубі помилки.

VII. Рекомендована література та інтернет-ресурси

1. Вавдіюк Н., Ющишина Л.О. Психологічні прийоми підвищення ефективності спілкування менеджера. Стратегії та тактики поведінки в конфлікті Сучасні технології менеджменту : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (8 грудня 2020р.). Луцьк, 2020. С.333–334.

2. Гоулман Д. Емоційний інтелект у бізнесі. Як стати успішним у житті та кар'єрі. / Пер. з англ. Ю. Шекет. Харків: Віват, 2021. 528 с.

3. Гоулман Д. Соціальний інтелект: нова наука про людські відносини / пер. з анг. Я. Лебеденка. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2020. 400 с.
 4. Емоційний інтелект як ключовий фактор успіху. Medium. URL: <https://medium.com/@univero/83-1d4b80c36737>
 5. Москалець В. П. Психологія особистості : підручник. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.
 6. Терен Р. Влада емоцій. Як керувати своїми почуттями. Київ : Сварог, 2023. 302 с.
 7. Тихомирова Є.Б., Постоловський С.Р. Конфліктологія та теорія переговорів : підручник. Суми: Університетська книга, 2023. 240 с.
 8. Ходаківський Є., Богоявленська Ю., Грабар Т. Психологія управління : підручник. Київ : Центр навчальної літератури, 2020. 492 с.
 9. Чалдині Р. Психологія впливу / пер. з анг. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2022. 400 с. 608 с.
 10. Ющишина Л., Пиль В. Еннеаграма в бізнесі: новий інструмент управління комунікативними процесами в конфлікті. *Економічний часопис Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. Луцьк : Вежа-Друк, 2020. № 2 (22). С.121–129.
 11. Ющишина Л. Емоції у професійній діяльності менеджера. Сучасні технології менеджменту: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (8 грудня 2020р.). Луцьк, 2020. С.379-380.
 12. Ющишина Л.О. Рефреймінг як комунікативна техніка згладжування конфліктів. Соціально-компетентне управління корпораціями в умовах поведінкової економіки : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (10 березня 2021р.). С.433–435.
 13. Ющишина Л.О. Комунікативні процеси в менеджменті : курс лекцій. Луцьк : ВНУ імені Лесі Українки, 2020. 164 с.
 14. Ющишина Л.О. Психологічні особливості конфліктів у студентській групі в процесі спільної навчальної діяльності. Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості. матеріали XIV Міжнар. наук.-практ. конф. (Луцьк, 7-8 квітня 2022 р.). С.195–198.
 15. Ющишина Л.О. Основні моделі діяльності практичного психолога в бізнес-організаціях. Innovations and prospects of world science. Proceedings of the 6th International scientific and practical conference. Perfect Publishing. Vancouver, Canada. 2022. Pp. 626–629. URL: <https://sci-conf.com.ua/vi-mezhdunarodnaya-nauchno-prakticheskaya-konferentsiya-innovations-and-prospects-of-world-science-2-4-fevralya-2022-goda-vankuver-kanada-arhiv/>.
 16. Ющишина Л., Шматковська Т., Юхимчук А. Особливості управління процесом формування сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі сучасного підприємства. *Економічний часопис Волинського національного університету імені Лесі Українки*. Луцьк : Вежа-Друк, 2024. №2(38). С-93–107. DOI: <https://doi.org/10.29038/2786-4618-2024-02-97-103>
 17. Goleman D. Emotional Intelligence. Why it can maffer more than IQ. London: Bloomsbury Publishing, 2020. 352 p.
 18. Yushchyshyna L., Turkin K. Facilitation Techniques as an Effective Means of Establishing Group Discussion. *Економічний часопис Волинського національного університету імені Лесі Українки*. 2022. № 2 (30). С.72–80. URL: <https://doi.org/10.29038/2786-4618-2022-02-72-80>
- Інтернет-ресурси*
1. Інформаційні ресурси у цифровому репозиторії бібліотеки ВНУ імені Лесі Українки. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua>
 2. Національна бібліотека ім. В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>.