

Документ подписан простой электронной подписью  
Информационный сертификат:  
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич  
Должность: и.о. ректора  
Дата подписания: 26.04.2024 12:49:40  
Уникальный программный ключ:  
4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538d7400d1

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
**«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**УТВЕРЖДАЮ**

Председатель КСН

 О.М. Барбаков

« 30 » июня 2021г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**


дисциплины:	Эмоциональный интеллект
направление подготовки:	38.03.05 Бизнес-информатика
направленность:	Информационные системы предприятия
форма обучения:	очная

Рабочая программа разработана в соответствии с утвержденным учебным планом от 27.05.2021г. и требованиями ОПОП ВО по направлению подготовки 38.03.05 Бизнес-информатика, направленность Информационные системы предприятия к результатам освоения дисциплины «Эмоциональный интеллект».

Рабочая программа рассмотрена  
на заседании кафедры гуманитарных наук и технологий

Протокол № 11 от « 30 » июня 2021г.

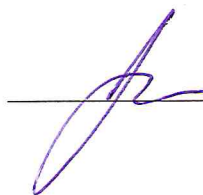
Заведующий кафедрой ГНТ



Л.Л. Мехришвили

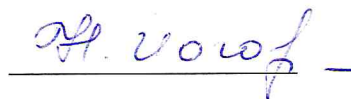
СОГЛАСОВАНО:

Заведующий выпускающей кафедрой  
« 30 » июня 2021г.



О.М. Барбаков

Рабочую программу разработал:  
Иоголевич Н.И., профессор кафедры ГНТ,  
д.психол.н., профессор



## 1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цели дисциплины:

- формирование у обучающихся определенного состава компетенций УК-3, УК-6 и УК-9 (результатов освоения) для подготовки к профессиональной деятельности (в соответствии с п.3);
- развитие эмоционального интеллекта обучающихся в процессе их профессиональной подготовки.

Задачи дисциплины:

- сформировать представление о понятии «эмоциональный интеллект» (EQ), его сущности, функциях и значении для достижения личной эффективности, в т.ч. и в профессиональной деятельности;
- развить способность осознавать и понимать свои и чужие эмоции, управлять ими в социальном взаимодействии;
- сформировать умение конструктивно выражать свои эмоции;
- развить навыки регулирования эмоционального состояния, произвольного управления поведением;
- развить способность к эмпатии, пониманию переживаний, состояний других людей;
- обучить соразмерять свое поведение с чувствами и интересами другого человека;
- обучить конструктивным способам социального взаимодействия, установления и поддержания контактов, осуществления позитивных межличностных коммуникаций, сотрудничества, избегания конфликтных ситуаций.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина относится к дисциплинам обязательной части учебного плана.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

знание:

- основных теорий (моделей) эмоционального интеллекта и его структуры;
- методов осознания своих эмоций и эмоций других людей;
- техник управления своим эмоциональным состоянием (эмоциональной регуляции) и других людей для достижения личной эффективности и осуществления социального взаимодействия, в т.ч. в профессиональной деятельности;
- способов саморазвития эмоционального интеллекта

умение:

- применять в социальном взаимодействии техники распознавания своих и чужих эмоций;
- применять в социальном взаимодействии техники эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей;
- планировать траекторию саморазвития эмоционального интеллекта

владение:

- техниками распознавания своих и чужих эмоций;
- техниками эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей;
- навыками планирования развития своего эмоционального интеллекта;
- навыками социального взаимодействия с опорой на EQ, в т.ч. определения своей роли в группе (команде) и личного влияния

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания школьных курсов русского языка и обществознания, дисциплин «Эффективные коммуникации», служит основой для освоения дисциплины «Проектная деятельность» и

включает в себя знания, умения и навыки, необходимые для подготовки к процедуре защиты и защиты выпускной квалификационной работы.

### 3. Результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Таблица 3.1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)	Код и наименование результата обучения по дисциплине
УК – 3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК – 3.2. Устанавливает контакты в процессе социального взаимодействия	Знать (З1) основные теории (модели) эмоционального интеллекта и его структуры
		Уметь (У1) применять в социальном взаимодействии техники распознавания своих и чужих эмоций
		Владеть (В1) техниками распознавания своих и чужих эмоций
	УК – 3.3. Выбирает стратегию поведения в команде в зависимости от условий	Знать (З2) техники управления своим эмоциональным состоянием (эмоциональной регуляции) и других людей при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий
		Уметь (У2) применять в зависимости от условий техники эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей при выборе стратегии поведения в команде
		Владеть (В2) при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий навыками социального взаимодействия с опорой на EQ
УК – 6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК – 6.2. Планирует траекторию своего профессионального развития и предпринимает шаги по её реализации	Знать (З3) основные способы определения целей и приоритетов собственной деятельности, личного развития и профессионального роста
		Уметь (У3) эффективно использовать собственные возможности; сознательно управлять собой, преодолевая внешние обстоятельства
		Владеть (В3) навыками самостоятельной, творческой работы, расстановки приоритетов собственной деятельности, личного и профессионального развития
	УК – 6.3. Использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков	Знать (З4) способы развития эмоционального интеллекта
		Уметь (У4) Умеет использовать знания, полученные в ходе освоения дисциплины, для

		эмоционального интеллекта Владеть (В4) способностью к рефлексии и самоконтролю эмоционального состояния при межличностном взаимодействии
УК – 9. Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК – 9.2. Взаимодействует в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами	Знать (З5) методы осознания своих эмоций и эмоций других людей при взаимодействии в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами
		Уметь (У5) выбирать способы взаимодействия в социальной и профессиональной сферах, учитывающие эмоциональное состояние лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами
		Владеть (В5) техниками эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей при взаимодействии в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами

#### 4. Объем дисциплины

Общий объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

Таблица 4.1

Форма обучения	Курс/ семестр	Аудиторные занятия / контактная работа, час.			Самостоятельная работа, час.	Форма промежуточной аттестации
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия		
Очная	2/3	18	18	–	36	Зачет

#### 5. Структура и содержание дисциплины

##### 5.1. Структура дисциплины

– очная форма обучения (ОФО)

Таблица 5.1

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	1	Сущность понятия и основные модели эмоционального интеллекта	2	2	-	4	8	УК-3.2 УК-3.3 УК-6.2 УК-6.3	Практическое задание «Самоанализ эмоционального интеллекта»
2	2	Эмоции и чувства	2	2	-	4	8	УК-6.2 УК-6.3	Практическое задание «Дневник эмоций»
3	3	Узнавание и проявление эмоций в поведении	2	2	-	4	8	УК-3.2 УК-3.3 УК-6.2 УК-6.3	Творческое задание. «Распознавание эмоций»

4	4	Управление своими эмоциями. Развитие эмоциональной сферы личности и эмоциональная саморегуляция	2	2	-	4	8	УК-3.2 УК-3.3 УК-6.2 УК-6.3	Эссе «Что важнее: понимать эмоции или управлять ими?»
5	5	Стресс. Методы профилактики и управления стрессом	2	2		4	8	УК-3.2 УК-3.3 УК-6.2 УК-6.3	Практическое задание «Управление стрессом»
6	6	Эмоции в общении: эмпатия и коммуникативная компетентность	2	2		4	8	УК-3.2 УК-3.3 УК-6.2 УК-6.3 УК-9.2	Кейс «Прощание Андрея с отцом»
7	7	Ассертивное (уверенное) поведение	2	2	-	4	8	УК-3.2 УК-3.3 УК-6.2 УК-6.3	Тренинговое упражнение «Три ответа»
8	8	Управление эмоциями других	2	2	-	4	8	УК-3.2 УК-3.3 УК-6.2 УК-6.3 УК-9.2	Контрольная работа
9	9	Цивилизованное влияние и манипуляции. Конструктивное противостояние чужому влиянию и манипуляции	2	2	-	4	8	УК-3.2 УК-3.3 УК-6.2 УК-6.3 УК-9.2	Деловая игра «Противостояние влиянию в процессе академического и профессионального взаимодействия» Проект «Интервью»
	Зачет		-	-	-	-	-	УК-3.2 УК-3.3 УК-6.2 УК-6.3 УК-9.2	Вопросы для подготовки к зачету
Итого:			18	18	-	36	72	Х	Х

- заочная форма обучения (ЗФО): не реализуется
- очно-заочная форма обучения (ОЗФО): не реализуется

## 5.2. Содержание дисциплины

### 5.2.1. Содержание разделов дисциплины (дидактические единицы)

#### Тема 1. Сущность понятия и основные модели эмоционального интеллекта

Понятия «интеллект», «эмоциональный интеллект», «эмоциональная компетентность». Эмоциональная компетентность. Модели эмоционального интеллекта (Дж. Мэйера и П. Сэловея; Р. Бар-Она; Т. Бредберри; Д.В. Люсина). Концепция структуры эмоционального интеллекта Д. Гоулмана.

#### Тема 2. Эмоции и чувства

Общее представление об эмоциях. Определение эмоций. Виды эмоций. Роль эмоций. Функции эмоций. Виды эмоций: собственно эмоции, чувства, настроение, страсть, аффект, стресс, фрустрация. Теория Джемса-Ланге. Теория У. Кеннона. Исследования П. Барда. Гипотеза П.В. Симонова. Свойства эмоций. Чувства. Соотношение между чувствами и эмоциями.

#### Тема 3. Узнавание и проявление эмоций в поведении

Язык эмоций. Проявление эмоций. Специфические признаки эмоций. Физиологические и поведенческие характеристики эмоций. Базовые эмоции: радость, удивление, интерес, гнев, ярость, страх, тревога. Индивидуальные особенности проявления эмоций.

#### **Тема 4. Управление своими эмоциями. Развитие эмоциональной сферы личности и эмоциональная саморегуляция**

Осознание и понимание своих эмоций. Инструменты отслеживания эмоционального состояния. Иррациональные мысли как основа нарушения эмоций. Алгоритм управления своими эмоциями. Способы снятия эмоционального напряжения. Техники развития эмоционального интеллекта. Позитивное мышление. Конструктивная обратная связь самому себе. Самомотивация.

#### **Тема 5. Стресс. Методы профилактики и управления стрессом**

Житейское понимание стресса и научные подходы к его определению. Диагностические признаки стресса. Основные причины стресса. Стратегии преодоления стресса. Профессиональный стресс и его профилактика. Виды профессиональных стрессов. Синдром профессионального выгорания.

#### **Тема 6. Эмоции в общении: эмпатия и коммуникативная компетентность**

Эмпатия, как инструмент понимания внутренних переживаний другого человека. Положительные и отрицательные стороны эмпатии. Виды эмпатии в психологии. Механизмы эмпатии. Признаки эмпатии. Проявление эмпатии в жизни. Понятие и структура коммуникативной компетентности. Активное слушание.

#### **Тема 7. Ассертивное (уверенное) поведение**

Уверенное поведение как способ влияния и предотвращения конфликтных ситуаций. в ситуациях взаимодействия. Жизненные позиции по Э. Берну и факторы, обуславливающие неуверенное, уверенное, агрессивное поведение. Различия агрессивного, манипулятивного и ассертивного поведения. Важнейшие характеристики уверенного поведения. Я-сообщения.

#### **Тема 8. Управление эмоциями других**

Принципы управления эмоциями других. Алгоритм управления эмоциями других. Квадрант управления эмоциями других. Типичные ошибки при управлении эмоциями других. Быстрые методы снижения чужого эмоционального напряжения. Управление гневом. Управление печалью и обидой. Мотивирующая речь. Формирование командного духа. Вера в потенциал другого.

#### **Тема 9. Цивилизованное влияние и манипуляции. Конструктивное противостояние чужому влиянию и манипуляции**

Феномен межличностного (психологического) влияния. Психологические средства влияния. Непсихологические средства влияния. Цели влияния. Виды влияния. Варварское и цивилизованное влияние. Классификация видов влияния. Виды психологического противостояния влиянию. Цивилизованное противостояние нападению и манипуляции.

### 5.2.2. Содержание дисциплины по видам учебных занятий

#### **Лекционные занятия**

Таблица 5.2.1

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема лекции
		ОФО	ЗФО	ОЗФО	
1	1	2	-	-	Сущность понятия и основные модели эмоционального интеллекта
2	2	2	-	-	Эмоции и чувства
3	3	2	-	-	Узнавание и проявление эмоций в поведении
4	4	2	-	-	Управление своими эмоциями. Развитие эмоциональной сферы личности и эмоциональная саморегуляция
5	5	2	-	-	Стресс. Методы профилактики и управления стрессом

6	6	2	-	-	Эмоции в общении: эмпатия и коммуникативная компетентность
7	7	2			Ассертивное (уверенное) поведение
8	8	2			Управление эмоциями других
9	9	2			Цивилизованное влияние и манипуляции. Конструктивное противостояние чужому влиянию и манипуляции
Итого:		18	-	-	X

### Практические занятия

Таблица 5.2.2

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема практического занятия
		ОФО	ЗФО	ОЗФО	
1	1	2	-	-	Самоанализ эмоционального и социального интеллекта
2	2	2	-	-	Эмоциональная сфера человека.
3	3	2	-	-	Распознавание эмоций и чувств
4	4	2	-	-	Регуляция эмоций
5	5	2	-	-	Управление стрессом
6	6	2	-	-	Эмпатия и ее развитие.
7	7	2			Ассертивное (уверенное) поведение
8	8	2			Управление эмоциями других
9	9	2			Конструктивное противостояние чужому влиянию и манипуляции
Итого:		18	-	-	X

### Лабораторные работы

Лабораторные работы учебным планом не предусмотрены

### Самостоятельная работа студента

Таблица 5.2.3

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема	Вид СРС
		ОФО	ЗФО	ОЗФО		
1	1	4	-	-	Сущность понятия и основные модели эмоционального интеллекта	Изучение теоретического материала для подготовки к практическому занятию №1
2	2	4	-	-	Эмоции и чувства	Изучение теоретического материала для подготовки к практическому занятию №2
3	3	4	-	-	Узнавание и проявление эмоций в поведении	Изучение теоретического материала для подготовки к практическому занятию №3
4	4	4	-	-	Управление своими эмоциями. Развитие эмоциональной сферы личности и эмоциональная саморегуляция	Изучение теоретического материала для подготовки к практическому занятию №4



5	5	4	-	-	Стресс. Методы профилактики и управления стрессом	Изучение теоретического материала для подготовки к практическому занятию №5
6	6	4	-	-	Эмоции в общении: эмпатия и коммуникатив-ная компетентность	Изучение теоретического материала для подготовки к практическому занятию №6
7	7	4			Ассертивное (уверенное) поведение	Изучение теоретического материала для подготовки к практическому занятию №7
8	8	4			Управление эмоциями других	Изучение теоретического материала для подготовки к практическому занятию №8
9	9	4	-	-	Цивилизованное влияние и манипуляции. Конструктивное противостояние чужому влиянию и манипуляции	Изучение теоретического материала для подготовки к практическому занятию №9
Зачет						Изучение вопросов и подготовка к зачету
Итого:		36	-	-	X	X

5.2.3. Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

- традиционная (лекционно-семинарская система обучения с визуализацией учебного материала в PowerPoint в диалоговом режиме на лекционных занятиях);
- технология сотрудничества (работа в малых группах на практических занятиях);
- интерактивная групповая (дискуссионные, игровые, тренинг-методы) технология;
- интерактивная индивидуальная (выполнение практических заданий и упражнений);
- коммуникационная и информационная технология обучения (система Educon).

### 6. Тематика курсовых работ/проектов

Курсовые работы/проекты учебным планом не предусмотрены.

### 7. Контрольные работы

Контрольные работы учебным планом не предусмотрены.

### 8. Оценка результатов освоения дисциплины

8.1. Критерии оценивания степени полноты и качества освоения компетенций в соответствии с планируемыми результатами обучения приведены в Приложении 1.

8.2. Рейтинговая система оценивания степени полноты и качества освоения компетенций обучающихся очной формы обучения представлена в таблице 8.1.

Таблица 8.1

№ п/п	Виды мероприятий в рамках текущего контроля	Количество баллов
1	Практическое задание «Самоанализ эмоционального интеллекта»	0 – 15
2	Практическое задание «Дневник эмоций»	0 – 8
3	Творческое задание «Распознавание эмоций»	0 – 7
ИТОГО за первую текущую аттестацию		<b>0 – 30</b>
4	Эссе «Что важнее: понимать эмоции или управлять ими?»	0 – 10
5	Практическое задание «Управление стрессом»	0 – 7
6	Кейс «Прощание Андрея с отцом»	0 – 8
7	Тренинговое упражнение «Три ответа»	0 – 5
ИТОГО за вторую текущую аттестацию		<b>0 – 30</b>
8	Контрольная работа	0 – 10
9	Деловая игра «Противостояние влиянию в процессе академического и профессионального взаимодействия»	0 – 15
10	Презентация и защита учебного проекта «Интервью»	0 – 15
ИТОГО за третью текущую аттестацию		<b>0 – 40</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>0 – 100</b>

## 9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Перечень рекомендуемой литературы представлен в Приложении 2.

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- Электронный каталог/Электронная библиотека Тюменского индустриального университета <http://webirbis.tsogu.ru/>;
- Электронно - библиотечная система «IPRbooks», ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа» <http://www.iprbookshop.ru/>; ООО «ЭБС ЛАНЬ» [www.e.lanbook.ru](http://www.e.lanbook.ru/);
- ООО «Издательство ЛАНЬ» [www.e.lanbook.com](http://www.e.lanbook.com/);
- ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» [www.urait.ru](http://www.urait.ru/);
- ООО «КноРус медиа», <https://www.book.ru>.

9.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в т.ч. отечественного производства:

- Microsoft Windows,
- Microsoft Office Professional Plus

## 10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Помещения для проведения всех видов работы, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимым оборудованием и техническими средствами обучения.

Таблица 10.1

№ п/п	Перечень оборудования, необходимого для освоения дисциплины	Перечень технических средств обучения, необходимых для освоения дисциплины (демонстрационное оборудование)
1	-	Комплект мультимедийного оборудования: проектор, экран, компьютер, акустическая система. Локальная и корпоративная сеть.

## 11. Методические указания по организации СРС

11.1. Методические указания по подготовке к практическим занятиям.

Важной формой самостоятельной работы обучающегося является систематическая и планомерная подготовка к практическому занятию. После лекции студент должен познакомиться с планом практических занятий и списком обязательной и дополнительной литературы, которую необходимо прочитать, изучить и законспектировать. Разъяснение

по вопросам новой темы студенты получают у преподавателя в конце предыдущего практического занятия.

Подготовка к практическому занятию требует, прежде всего, чтения рекомендуемых источников. Важным этапом в самостоятельной работе студента является повторение материала по конспекту лекции. Одна из главных составляющих внеаудиторной подготовки – работа с книгой. Она предполагает: внимательное прочтение, критическое осмысление содержания, обоснование собственной позиции по дискуссионным моментам, постановки интересных вопросов, которые могут стать предметом обсуждения на практическом занятии.

В начале практического занятия должен присутствовать организационный момент и вступительная часть. Преподаватель произносит краткую вступительную речь, где формулируются основные вопросы и проблемы, способы их решения в процессе работы.

В конце каждой темы подводятся итоги, предлагаются темы докладов, выносятся вопросы для самоподготовки.

Практические занятия являются одной из важнейших форм обучения: они позволяют обучающимся овладеть технологиями применения эмоционального интеллекта: а) в понимании эмоций и отношений; б) в использовании энергии и направленности эмоций и отношений; в) в управлении эмоциями и отношениями.

В процессе работы на практических занятиях обучающийся должен совершенствовать умения и навыки самостоятельного анализа источников и научной литературы, что необходимо для научно-исследовательской работы.

Усвоенный материал необходимо научиться применять при межличностном и социальном взаимодействии, при работе в команде.

Успешному осуществлению внеаудиторной самостоятельной работы способствует проведение коллоквиумов. Они обеспечивают непосредственную связь между студентом и преподавателем (по ним преподаватель судит о трудностях, возникающих у студентов в ходе учебного процесса, о степени усвоения предмета, о помощи, какую надо указать, чтобы устранить пробелы в знаниях); они используются для осуществления контрольных функций.

#### 11.2. Методические указания по организации самостоятельной работы.

Самостоятельная работа является одной из важнейших форм изучения любой дисциплины. Она позволяет систематизировать и углубить теоретические знания, закрепить умения и навыки, способствует развитию умений пользоваться научной и учебно-методической литературой. Познавательная деятельность в процессе самостоятельной работы требует от студента высокого уровня активности и самоорганизованности.

В учебном процессе выделяют два вида самостоятельной работы: аудиторная и внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов представляет собой логическое продолжение аудиторных занятий. Затраты времени на выполнение этой работы регламентируются рабочим учебным планом. Режим работы выбирает сам обучающийся в зависимости от своих способностей и конкретных условий.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов.

Самостоятельная работа включает в себя работу с конспектом лекций, изучение и конспектирование рекомендуемой литературы, изучение мультимедиа лекций, расположенных в свободном доступе, решение ситуационных (профессиональных) задач, проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности, научно-исследовательскую работу и др.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

Работа на лекции – это сложный процесс, который включает в себя такие элементы как слушание, осмысление и, собственно, конспектирование. Для того, чтобы лекция выполнила свое назначение, важно подготовиться к ней и ее записи еще до прихода преподавателя в аудиторию, поскольку в первые минуты лекции объявляется тема лекции, формулируется ее основная цель. Без этого дальнейшее восприятие лекции становится сложным. Важно научиться слушать преподавателя во время лекции. Здесь не следует путать такие понятия как слышать и слушать. Слушание лекции состоит из нескольких этапов, начиная от слышания (первый шаг в процессе осмысленного слушания) и заканчивая оценкой сказанного.

Чтобы процесс слушания стал более эффективным, нужно разделять качество общения с лектором, научиться поддерживать непрерывное внимание к выступающему. Для оптимизации процесса слушания следует:

1. научиться выделять основные положения. Нельзя понять и запомнить все, что говорит выступающий, однако можно выделить основные моменты. Для этого необходимо обращать внимание на вводные слова, словосочетания, фразы, которые используются, как правило, для перехода к новым положениям, выводам и обобщениям;

2. во время лекции осуществлять поэтапный анализ и обобщение, услышанного. Необходимо постоянно анализировать и обобщать положения, раскрываемые в речи говорящего. Стараясь представить материал обобщенно, мы готовим надежную базу для экономной, свернутой его записи. Делать это лучше всего по этапам, ориентируясь на момент логического завершения одного вопроса (подвопроса, тезиса и т.д.) и перехода к другому;

3. готовность слушать выступление лектора до конца.

Слушание является лишь одним из элементов хорошего усвоения лекционного материала.

Поток информации, который сообщается во время лекции необходимо фиксировать, записывать – научиться вести конспект лекции, где формулировались бы наиболее важные моменты, основные положения, излагаемые лектором. Для ведения конспекта лекции следует использовать тетрадь. Ведение конспекта на листочках не рекомендуется, поскольку они не так удобны в использовании и часто теряются. При оформлении конспекта лекции необходимо оставлять поля, где студент может записать свои собственные мысли, возникающие параллельно с мыслями, высказанными лектором, а также вопросы, которые могут возникнуть в процессе слушания, чтобы получить на них ответы при самостоятельной проработке материала лекции, при изучении рекомендованной литературы или непосредственно у преподавателя в конце лекции.

Составляя конспект лекции, следует оставлять значительный интервал между строчками. Это связано с тем, что иногда возникает необходимость вписать в первоначальный текст лекции одну или несколько строчек, имеющих принципиальное значение и почерпнутых из других источников. Расстояние между строками необходимо также для подчеркивания слов или целых групп слов (такое подчеркивание вызывается необходимостью привлечь внимание к данному месту в тексте при повторном чтении). Обычно подчеркивают определения, выводы.

Главным отличием конспекта лекции от текста является свертывание текста. При ведении конспекта удаляются отдельные слова или части текста, которые не выражают значимую информацию, а развернутые обороты речи заменяют более лаконичными или же синонимичными словосочетаниями. При конспектировании основную информацию следует записывать подробно, а дополнительные и вспомогательные сведения, примеры – очень кратко. Особенно важные моменты лекции, на которые следует обратить особое

внимание лектор, как правило, читает в замедленном темпе, что позволяет сделать их запись дословной. Также важно полностью без всяких изменений вносить в тетрадь схемы, таблицы, чертежи и т.п., если они предполагаются в лекции. Для того, чтобы совместить механическую запись с почти дословным фиксированием наиболее важных положений, можно использовать системы условных сокращений. В первую очередь сокращаются длинные слова и те, что повторяются в речи лектора чаще всего. При этом само сокращение должно быть по возможности кратким.

Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их оценивания

Дисциплина: Эмоциональный интеллект

Код, направление подготовки: 38.03.05 Бизнес - информатика

Направленность: Информационные системы предприятия

Код компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
		1 – 2	3	4	5
УК – 3	Знать (31) основные (модели) эмоционального интеллекта и его структуры	Не знает основные теории (модели) эмоционального интеллекта и его структуры	Демонстрирует фрагментарные знания основных теорий (моделей) эмоционального интеллекта и его структуры	В целом знает основные (модели) эмоционального интеллекта и его структуры, допускает незначительные ошибки	Знает основные теории (модели) эмоционального интеллекта и его структуры
	Уметь (У1) применять в социальном взаимодействии техники распознавания своих и чужих эмоций	Не умеет применять в социальном взаимодействии своих и чужих эмоций	Умеет применять в социальном взаимодействии своих и чужих эмоций, допуская ряд ошибок	Умеет применять в социальном взаимодействии своих и чужих эмоций, допуская незначительные ошибки	Умеет применять в социальном взаимодействии своих и чужих эмоций, не допуская неточностей
	Владеть (В1) техниками распознавания своих и чужих эмоций	Не владеет техниками распознавания своих и чужих эмоций	Владеет техниками распознавания своих и чужих эмоций, допуская ряд ошибок	Владеет навыками поиска и выбора форм контроля реализации стратегического плана команды, допуская незначительные недочёты	Владеет навыками поиска и выбора форм контроля реализации стратегического плана команды в совершенстве, не допуская недочётов
	Знать (32) управления своим эмоциональным состоянием (эмоциональной регуляцией) и других людей при выборе стратегии поведения в зависимости от условий	Не способен назвать техники управления своим эмоциональным состоянием (эмоциональной регуляцией) и других людей при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий	Демонстрирует отдельные знания техник управления своим эмоциональным состоянием (эмоциональной регуляцией) и других людей при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий	Демонстрирует достаточные знания управления своим эмоциональным состоянием (эмоциональной регуляцией) и других людей при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий	Демонстрирует исчерпывающие знания техники управления своим эмоциональным состоянием (эмоциональной регуляцией) и других людей для достижения личной при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий
Уметь (У2) применять в зависимости от условий	Не умеет применять в зависимости от условий	Применяет в зависимости от условий	Применяет в зависимости от условий	Применяет в зависимости от условий	

	<p>техники эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей при выборе стратегии поведения в команде</p>	<p>техники эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей при выборе стратегии поведения в команде</p>	<p>эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей при выборе стратегии поведения в команде – допуская значительные неточности и погрешности</p>	<p>эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей при выборе стратегии поведения в команде – допуская незначительные неточности</p>	<p>эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей при выборе стратегии поведения в команде</p>
	<p>Владеть (B2) при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий навыками социального взаимодействия с опорой на EQ</p>	<p>Не владеет при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий навыками взаимодействия с опорой на EQ</p>	<p>Владеет при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий навыками взаимодействия с опорой на EQ</p>	<p>Владеет при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий навыками взаимодействия с опорой на EQ</p>	<p>В полном объеме владеет при выборе стратегии поведения в команде в зависимости от условий навыками взаимодействия с опорой на EQ</p>
<p>Знать (33) основные способы определения целей и приоритетов собственной деятельности, личного развития и профессионального роста</p>	<p>Не знает способов определения целей и приоритетов собственной деятельности, личного развития и профессионального роста</p>	<p>Демонстрирует фрагментарные способы определения целей и приоритетов собственной деятельности, личного развития и профессионального роста</p>	<p>Демонстрирует способы определения целей и приоритетов собственной деятельности, личного развития и профессионального роста</p>	<p>Знает способы определения целей и приоритетов собственной деятельности, личного развития и профессионального роста, допускает незначительные ошибки</p>	<p>Демонстрирует исчерпывающие знания способов определения целей и приоритетов собственной деятельности, личного развития и профессионального роста</p>
<p>Уметь (У3) эффективно использовать собственные возможности; сознательно управлять собой, преодолевая внешние обстоятельства</p>	<p>Не умеет эффективно использовать собственные возможности; сознательно управлять собой, преодолевая внешние обстоятельства</p>	<p>В целом использует собственные возможности; сознательно управлять собой, преодолевая внешние обстоятельства, однако не всегда эффективно</p>	<p>Владеет навыками самостоятельной, творческой работы, расстановки приоритетов собственной деятельности, личного и профессионального развития, допуская ряд ошибок</p>	<p>Умеет использовать собственные возможности; сознательно управлять собой, преодолевая внешние обстоятельства</p>	<p>Умеет эффективно использовать собственные возможности; сознательно управлять собой, преодолевая внешние обстоятельства</p>
<p>Владеть (B3) навыками самостоятельной, творческой работы, расстановки приоритетов собственной деятельности, личного и профессионального развития</p>	<p>Демонстрирует слаборазвитые навыки самостоятельной, творческой работы, расстановки приоритетов собственной деятельности, личного и профессионального развития</p>	<p>Владеет навыками самостоятельной, творческой работы, расстановки приоритетов собственной деятельности, личного и профессионального развития, допуская ряд ошибок</p>	<p>Владеет навыками самостоятельной, творческой работы, расстановки приоритетов собственной деятельности, личного и профессионального развития, допуская незначительные неточности</p>	<p>Владеет навыками самостоятельной, творческой работы, расстановки приоритетов собственной деятельности, личного и профессионального развития</p>	<p>Владеет в полном объеме навыками самостоятельной, творческой работы, расстановки приоритетов собственной деятельности, личного и профессионального развития</p>
<p>Знать (34) способы</p>	<p>Не знает способов</p>	<p>Демонстрирует</p>	<p>Знает</p>	<p>Знает</p>	<p>Знает</p>

	<p>развития эмоционального интеллекта</p> <p>Уметь (У4) использовать знания, полученные в ходе освоения дисциплины, для развития эмоционального интеллекта</p> <p>Владеть (В4) способностью к рефлексии и самоконтролю эмоционального состояния при межличностном взаимодействии</p>	<p>саморазвития эмоционального интеллекта</p> <p>Не умеет использовать знания, полученные в ходе освоения дисциплины, для развития эмоционального интеллекта</p> <p>Демонстрирует слаборазвитую способность рефлексии и самоконтролю эмоционального состояния при межличностном взаимодействии</p>	<p>фрагментарные знания способов саморазвития эмоционального интеллекта</p> <p>Умеет использовать знания, полученные в ходе освоения дисциплины, для развития эмоционального интеллекта, допуская ряд ошибок</p> <p>Владеет способностью к рефлексии и самоконтролю эмоционального состояния при межличностном взаимодействии на уровне ниже среднего</p>	<p>саморазвития эмоционального интеллекта, допускает незначительные ошибки</p> <p>Умеет использовать знания, полученные в ходе освоения дисциплины, для развития эмоционального интеллекта, допуская незначительные неточности</p> <p>Способность к рефлексии и самоконтролю эмоционального состояния при межличностном взаимодействии развита на среднем уровне</p>	<p>саморазвития эмоционального интеллекта</p> <p>Умеет использовать знания, полученные в ходе освоения дисциплины, для развития эмоционального интеллекта, не допуская неточностей</p> <p>Способность к рефлексии и самоконтролю эмоционального состояния при межличностном взаимодействии развита на высоком уровне</p>
<p>Знать (З5) методы осознания своих эмоций и эмоций других людей при взаимодействии в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>Не способен назвать основные методы осознания своих эмоций и эмоций других людей, в т.ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>Демонстрирует отдельные знания методов осознания своих эмоций и эмоций других людей, в т.ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>Демонстрирует достаточные знания методов осознания своих эмоций и эмоций других людей, в т.ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>Демонстрирует исчерпывающие знания методов осознания своих эмоций и эмоций других людей, в т.ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>Демонстрирует исчерпывающие знания методов осознания своих эмоций и эмоций других людей, в т.ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>
<p>Уметь (У5) выбирать способы взаимодействия в социальной и профессиональной сферах, учитывая эмоциональное состояние лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>Не умеет выбирать способы взаимодействия в социальной и профессиональной сферах, учитывая эмоциональное состояние лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>В целом способен выбирать способы взаимодействия в социальной и профессиональной сферах, учитывая эмоциональное состояние лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами, однако допускает ряд ошибок</p>	<p>Владеет способами взаимодействия в социальной и профессиональной сферах, учитывая эмоциональное состояние лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами, допуская незначительные ошибки</p>	<p>Владеет способами взаимодействия в социальной и профессиональной сферах, учитывая эмоциональное состояние лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами, не допуская недочётов</p>	<p>Владеет способами взаимодействия в социальной и профессиональной сферах, учитывая эмоциональное состояние лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами, не допуская недочётов</p>



	<p>эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей при взаимодействии в социальной и профессиональной сферах с лицами ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей, в т.ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей, в т.ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами, допускать ряд ошибок</p>	<p>эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей, в т.ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами, допускать незначительные ошибки</p>	<p>эмоциональной саморегуляции и управления эмоциями других людей, в т.ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами, не допускать недочётов</p>
--	--	---	---	--	---

**КАРТА**  
**обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой**

Дисциплина: **Эмоциональный интеллект**Код, направление подготовки: **38.03.05 Бизнес - информатика**Направленность: **Информационные системы предприятия**

№ п/п	Название учебного, учебно-методического издания, автор, издательство, вид издания, год издания	Количество экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Наличие электронного варианта в ЭБС (+/-)
1	Хэссон Дж. Развитие эмоционального интеллекта: Подсказки, советы, техники / Дж. Хэссон ; перевод В. Краснянская. – Москва: Альпина Паблишер, 2018. – 128 с. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <a href="https://www.iprbookshop.ru/82639.html">https://www.iprbookshop.ru/82639.html</a>	ЭР*	30	100	+
2	Манфред К. Мистика лидерства: Развитие эмоционального интеллекта / Кетс Манфред; перевод М. Шалунова. – Москва : Альпина Паблишер, 2019. – 276 с. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <a href="https://www.iprbookshop.ru/82725.html">https://www.iprbookshop.ru/82725.html</a>	ЭР*	30	100	+
3	Дэниел Гоулман Эмоциональное лидерство: искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Гоулман Дэниел, Бояцис Ричард, Макки Энни ; перевод А. Лисицына ; под редакцией В. Ионова, М. Савиной. – Москва: Альпина Паблишер, 2020. – 304 с. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <a href="https://www.iprbookshop.ru/93042.html">https://www.iprbookshop.ru/93042.html</a>	ЭР*	30	100	+
4	Удалова Т.Ю. Эмоциональная саморегуляция с использованием аутогенной тренировки : учебное пособие / Т.Ю. Удалова. – Омск: Издательство ОмГПУ, 2019. – 70 с. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <a href="https://www.iprbookshop.ru/105343.html">https://www.iprbookshop.ru/105343.html</a>	ЭР*	30	100	+
5	Джанерьян С.Т. Психология эмоций и воли: учебное пособие / С.Т. Джанерьян. – Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2016. – 142 с. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <a href="https://www.iprbookshop.ru/78699.html">https://www.iprbookshop.ru/78699.html</a>	ЭР*	30	100	+

ЭР – электронный ресурс для автор. пользователей доступен через Электронный каталог/Электронную библиотеку ТИУ <http://webirbis.tsogu.ru/>

Заведующий кафедрой ГНТ  
 « 30 » мая 2021г.

Директор БИК  
 « 30 » мая 2021г.  
 М.П.

