




МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
БЕРЕСТИНСЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ  
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ  
КОМУНАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ «ХАРКІВСЬКА  
ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ»  
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

Голова робочої групи  
  
Анна Білоконь

Циклова комісія природничих дисциплін, фізичного виховання та предмета  
«Захист України»

## СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

1. Загальна інформація	
Назва освітнього компонента	Емоційний інтелект: від самопізнання до співпраці
Викладач (-і)	Меркулова Юлія Вікторівна
Контактний телефон викладача	0959233228
E-mail викладача	socpedkk_hgra@ukr.net
Освітньо-професійний ступінь	фаховий молодший бакалавр
Освітньо-професійна програма	Середня освіта (Технології)
Галузь знань	A Освіта
Спеціальність	A 4. Середня освіта
Предметна спеціальність	A 4.10 Середня освіта (Технології)
Професійна кваліфікація	вчитель-фаховий молодший бакалавр технологій закладу загальної середньої освіти
Додаткова кваліфікація	Вчитель інформатики
Статус освітнього компонента	Вибірковий
Формат освітнього компонента	Лекції, самостійна робота
Обсяг освітнього компонента в кредитах ECTS	3,0
Посилання на освітній сайт викладача	
Консультації	за розкладом
2. Анотація до курсу	
<p>Сучасний учитель закладу загальної середньої освіти повинен вільно організовувати освітнє середовище. Курс «Емоційний інтелект: від самопізнання до співпраці» спрямований на формування у здобувачів освіти здатності усвідомлювати власні емоції, керувати ними та ефективно взаємодіяти з іншими людьми; опанування навичок саморефлексії, емоційної саморегуляції, емпатії, конструктивної комунікації та вирішення конфліктів. Особлива увага приділяється розвитку здатності розуміти емоційні стани інших людей, будувати довірливі взаємини, працювати в команді та створювати сприятливий психологічний клімат у професійному середовищі.</p>	
3. Мета та цілі курсу	
<p>Метою освітнього компонента є формування в здобувачів освіти теоретичних знань про емоційний інтелект та його структурні компоненти та набуття практичних навичок управління власними емоціями у професійній діяльності.</p> <p>Основними завданнями курсу є: забезпечити здобувачам освіти здобуття знань про сутність «емоційного інтелекту» та його взаємозв'язок із професійним середовищем; визначити підходи щодо формування цілеспрямованого емоційного інтелекту; оцінювати рівень сформованості</p>	

емоційного інтелекту та емоційної грамотності; оволодіти сучасними технологіями розвитку емоційного інтелекту; сформувати навички враховувати емоції та потреб інших людей в професійній діяльності, що сприяє створенню гармонійного соціального середовища.

#### 4. Результати навчання (компетентності)

**Після завершення вивчення цього курсу ви будете готові:**

- Застосовувати базові концепції та моделі емоційного інтелекту у контексті педагогічної діяльності.
- Враховувати вплив емоцій на когнітивні процеси (увагу, пам'ять, прийняття рішень).
- Визначати емоційний клімат в дитячому колективі та розпізнавати вербальні й невербальні прояви емоцій у дітей;
- Втілювати на практиці теоретичні засади технік контролю стресу, методики дихальних вправ, м'язової релаксації;
- Використовувати механізми захисту психічного здоров'я педагога та методи профілактики емоційного виснаження.
- Розпізнавати за невербальними маркерами (міміка, жестикуляція, зміна тембру голосу) ознаки стресу, агресії або страху у вихованців під час освітнього процесу.
- Опанувати власні негативні емоції (гнів, роздратування, хвилювання) у критичних ситуаціях, використовуючи методи дихального контролю, позитивного самонавіювання;
- Нести відповідальність за створення безпечного емоційного клімату в класі.
- Усвідомлено працювати над підвищенням власного рівня EQ та проводити рефлексію своєї педагогічної діяльності.
- Демонструвати стійку професійну позицію та етичну поведінку навіть у ситуаціях високого психологічного тиску.

#### 5. Організація навчання курсу

##### Обсяг курсу

Вид заняття	Загальна кількість годин
Лекції	34
Семінарські заняття / практичні / лабораторні	
Самостійна робота	56

##### Ознаки курсу

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Обов'язковий/ Вибірковий
Шостий	А 4 Середня освіта	Третій	Вибірковий

##### Тематика курсу

Тема, план	Форма заняття	Література	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
Тема 1. Емоційний інтелект як перевага компетентного фахівця.	Лекція	5; 6; 7; 10	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (2 години)	Максимальна оцінка - 4	тиждень
Тема 2. Архітектоніка емоційного інтелекту.	Лекція	5; 7; 8; 9	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та	Максимальна оцінка - 4	тиждень

			творчого рівнів (4 години)		
Тема 3. Стратегії розвитку емоційного інтелекту	Лекція	5; 6; 7; 9; 10	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (4 години)	Максимальна оцінка - 4	тиждень
Тема 4. Емоційне вигорання та втрата мотивації: шляхи запобігання	Лекція	5; 7; 8; 9	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (4 години)	Максимальна оцінка - 4	
Тема 5. Емоційний інтелект і академічна успішність. Роль емоційного інтелекту в професійній діяльності	Лекція	5; 7; 8; 9	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (1 година)	Максимальна оцінка - 4	
Самостійна робота			14	Максимальний бал – 5	
Модульна контрольна робота			1	Максимальний бал – 5	
Тема 6. Емпатія та мистецтво соціальної взаємодії	Лекція	5; 7; 8; 9	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (2 години)	Максимальна оцінка - 5	
Тема 7. ЕІ у роботі з дітьми.	Лекція		Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (4 години)		
Тема 8. Емоції й управління конфліктами	Лекція	5; 7; 8; 9	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (2 година)	Максимальна оцінка - 4	тиждень

Тема 9. Управління власним часом, мистецтво встигати та завершувати процеси	Лекція	1; 4; 5; 7; 8; 9	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (4 година)	Максимальна оцінка - 4	тиждень
Тема 10. Емоційне здоров'я та емоційна грамотність	Лекція	1; 5; 7; 8; 9	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (3 години)	Максимальна оцінка - 8	тиждень
Самостійна робота			14	Максимальний бал – 5	
Модульна контрольна робота			1	Максимальний бал – 5	
<b>6. Система оцінювання курсу</b>					
Загальна система оцінювання курсу	Максимальна оцінка – 100 балів. Загальна система оцінювання включає оцінки за практичні заняття, за контрольну роботу та самостійну роботу. Також враховуються виконанні завдання репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів				
Вимоги до письмової роботи	Ви повинні виконати контрольну роботу, що складається з теоретичного питання, практичного та творчого завдань. Також враховуються виконанні завдання частково-пошукового та творчого рівнів, що передбачають написання творів-міркувань, есе, власних роздумів над даною проблемою.				
Умови допуску до підсумкового контролю	Виконання 50 % завдань				
<b>7. Політика курсу</b>					
Політика курсу спрямована на створення доброзичливої атмосфери на занятті, активної комунікації у групі з дотриманням правил академічної доброчесності. При виконанні завдань творчого рівня неприпустимі плагіат та списування. Пропуски занять відпрацьовуються наступним чином: опрацювання теми, а також виконання вправ та творчих завдань із теми. Якщо студент пропустив (не відпрацював) більше 50% занять, він повинен скласти тести (Тести 1, Тести 2)					
<b>8. Рекомендована література</b>					
<p>Основна</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Басюк Н. А. Емоційний інтелект і психічне здоров'я учасників освітнього процесу : навч. посіб. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2024. 140 с.</li> <li>Болтівець С. І., Лях Т. Л. Емоційна компетентність особистості : психологічні засади розвитку : монографія. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2022. 276 с.</li> <li>Войтко С. В., Мельниченко А. А. Лідерство та антикризовий менеджмент : підруч. Київ : КПІ ім. І. Сікорського, Політехніка, 2021. 194 с.</li> <li>Дестено Д. Емоційний успіх. Київ : Фабула, 2019. 288 с.</li> <li>Карузо Д. Р., Соловей П. Емоційний інтелект керівника / пер. з англ. Київ : Самміт-книга, 2016. 296 с.</li> </ol>					

6. Козлова В. Технологія EQ-BOOST. Як використовувати емоційний інтелект у бізнесі та житті. Львів : Видавництво Старого Лева, 2019. 176 с.
7. Котенко Л. А. Розвиток емоційного інтелекту як передумова розвитку інноваційної особистості : метод. посіб. Ясинувата, 2018. 93 с.
8. Куриковська І. І. Психологія емоцій : підруч. Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2021. 384 с.
9. Лящ О., Хуртенко О., Марчук С. Емоційний інтелект як засіб розвитку резильєнтності особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. № 5. С. 112–118.
10. Огороднійчук З., Выборнова Є. Емоційний інтелект як предмет дослідження в психологічній літературі. *Науковий часопис УДУ імені М. Драгоманова*. Серія: Психологічні науки. 2023. № 22 (67). С. 70–78.

Додаткова

11. Августюк М. М. Методичні поради до підвищення рівня емоційного інтелекту в здобувачів вищої освіти. Острог : Вид-во НаУ «Острозька академія», 2022. 94 с.
12. Гладун Л., Жаркова І. Емоційний інтелект та його формування у старших дошкільників. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти*. 2023. № 1. С. 90–96.
13. Киричук О. В., Максименко С. Д. Психологія особистісного розвитку : навч. посіб. Київ : Каравела, 2022. 312 с.
14. Мережко В., Корж Н. Лідерський інтелект: зміст та структура в умовах індустрії 4.0. *Вісник Хмельницького нац. ун-ту*. 2022. № 6. Т. 2. С. 287–292.
15. Пантюк М., Садова І., Ілляш С., Синьчук О. Емоційний інтелект як основа професійної успішності вчителя початкових класів. *Молодь і ринок*. 2024. № 6. С. 48–53.
16. Пташенчук К., Балашов Е. Психологічні особливості емоційного інтелекту студентів. *Universum: Психологія та психіатрія*. 2024. № 6. С. 37–42.
17. Рева М. М. Характеристика емоційного інтелекту студентів із різним рівнем розвитку комунікативних здібностей. *Психологія і особистість*. 2021. № 2 (20). С. 143–153.
18. Смачило І. І. Управління емоційним інтелектом в умовах воєнного стану. *Актуальні проблеми менеджменту та публічного управління...* : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Тернопіль, 16 трав. 2024 р.). Тернопіль, 2024. С. 89–92.
19. Сенн Л. Ліфт настрою. Як керувати своїми почуттями та емоціями. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2019. 224 с.
20. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 250 с.
21. Шкільняк М. М., Овсянюк-Бердадіна О. Ф., Крисько Ж. Л., Демків І. О. Менеджмент : навч. посіб. Тернопіль : ЗУНУ, 2022. 258 с.
22. Фельдман Л. Як народжуються емоції. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2018. 420 с.
23. Чалдіні Р. Психологія впливу – 2. Наука і практика. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2021. 400 с.
24. Ібрагімова І. М. Лідерство у громаді. Як наснажувати людей та досягати спільних цілей : посіб. Київ : Юстон, 2020. 106 с.
25. Дороніна М. С. Культура ділового спілкування і партнерства : навч. посіб. Харків : ХНЕУ, 2018. 204 с.