

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

**СИЛАБУС**  
**вибіркового освітнього компонента**  
**ЕМОЦІЙНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ (ТРЕНІНГ)**

**підготовки бакалавра**

**галузі знань 07 Управління та адміністрування**

**спеціальності 073 Менеджмент**

**освітньо-професійної програми Менеджмент**

Луцьк – 2022

**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 та адміністрування,  
кандидат економічних наук, доцент.

**Силабус погоджено:**

Гарант ОПІ Менеджмент



Ірина ВОЛИНЕЦЬ

**Силабус освітнього компонента затверджено на засіданні кафедри  
менеджменту та адміністрування**  
протокол № 1 від 26 серпня 2022 р.

Завідувач кафедри:



Лариса ЧЕРЧИК

© Ющишина Л. О., 2022 р.

## I. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна програма, освітній рівень	Характеристика освітнього компонента
Денна форма навчання	07 Управління та адміністрування 073 Менеджмент Менеджмент Перший (бакалаврський)	<b>Нормативна</b>
Кількість годин/кредитів 120/4		Рік навчання <u>3</u> -ий
ІНДЗ: <u>немає</u>		Семестр <u>5</u> -ий
		Лекції <u>22</u> год.
		Практичні (семінарські) <u>32</u> год.
		Самостійна робота <u>58</u> год.
	Консультації <u>8</u> год.	
	Форма контролю: <u>залік</u>	
Мова навчання		Українська
Сторінка курсу в MOODLE		<a href="https://moodle.vnu.edu.ua/course/view.php?id=2125">https://moodle.vnu.edu.ua/course/view.php?id=2125</a>

## II. Інформація про викладача

Ющишина Лариса Олексіївна

Науковий ступінь – кандидат економічних наук

Вчене звання – доцент

Посада – доцент кафедри менеджменту та адміністрування

*Контактна інформація викладача:*

*Телефон* 0303381598

*Електронна пошта:* [Yushchysyna.Larysa@vnu.edu.ua](mailto:Yushchysyna.Larysa@vnu.edu.ua)

*Дні занять розміщено на* <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi>

## 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 дисципліни

**Пререквізити:** освітній компонент «Емоційний менеджмент (тренінг)» передбачає знання та навички з таких ОК: Комунікативні процеси в менеджменті (тренінг), Конфлікт-менеджмент (тренінг), Менеджмент, Психологія міжособистісної взаємодії.

**Постреквізити:** Менеджмент персоналу, Система обґрунтування управлінських рішень, Курсова робота з функціональних областей організації.

### **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 емоції, 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 ним 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 наснажене, комунікативно конструктивне, творче професійне життя.

### **4. Результати навчання (компетентності)**

#### **Загальні компетентності:**

ЗК11. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

ЗК15. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК18. Здатність до адаптації, стресостійкості та дії в новій ситуації.

#### **Спеціальні компетентності :**

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

СК11. Здатність створювати та організовувати ефективні комунікації в процесі управління.

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

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

#### **Програмні результати навчання:**

ПРН8. Застосовувати методи менеджменту для забезпечення ефективності діяльності організації.

ПРН9. Демонструвати навички взаємодії, лідерства, командної роботи.

ПРН10. Мати навички обґрунтування дієвих інструментів мотивування персоналу організації.

ПРН11. Демонструвати навички аналізу ситуації та здійснення комунікації у різних сферах діяльності організації.

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

## 5. Структура освітнього компонента

### Структура освітнього компонента

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Сам. роб.	Конс.	Форма контролю/ Бал
<b>Змістовний модуль 1. Емоції та їх сприйняття</b>						
Тема 1. Основні концепції, проблематика та зміст курсу «Емоційний менеджмент»	9	2	2	5		ФО/2, ПЗ/4, Т/4
Тема 2. Емоційно-вольова сфера особистості.	13	2	4	6	1	РС/4, РМГ/2, Т/4
Тема 3. Рефлексивні методики сприйняття емоцій	13	2	4	6	1	РМГ/2 ПЗ/4, Т/4
Тема 4. Емоційний інтелект та емоційна компетентність в системі менеджменту	13	2	4	6	1	РС/2, ПЗ/4, Т/4
Тема 5. Емоційний інтелект лідера у сфері бізнесу.	10	2	2	5	1	РМГ/2 ПЗ/4, Т/4
Разом за модулем 1	58	10	16	28	4	50
<b>Змістовний модуль 2. Компоненти емоційного реагування</b>						
Тема 6. Емпатійне лідерство	9	2	2	5		ПЗ/2, РМГ/2, Т/4
Тема 7. Емоційна складова комунікації	10	2	2	5	1	Е/2, ПЗ/2, Т/4
Тема 8. Експресія як зовнішній вираз емоцій	9	2	2	5		ФО/2, РС/2, Т/4
Тема 9. Стрес та його подолання	12	2	4	5	1	РС/2, ПЗ/2, Т/4
Тема 10. Емоційне вигорання : причини виникнення, динаміка та шляхи запобігання	12	2	4	5	1	ПЗ/2, РМГ/2, Т/4
Тема 11. Прокрастинація як соціально-психологічне явище	10	2	2	5	1	РМГ/2 Е/4, Т/4
Разом за модулем 2	62	12	16	30	4	50
Всього годин / Балів	120	22	32	58	8	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: <https://moodle.vnu.edu.ua/course/view.php?id=2125>

#### **IV. Політика оцінювання**

**Політика щодо відвідувань занять:** відвідування занять є обов'язковим. Здобувачі освіти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку здобувачі освіти зобов'язані дотримуватися термінів, визначених для виконання усіх видів робіт, передбачених курсом. У разі відсутності через хворобу надати відповідну довідку. Пропущені заняття відпрацьовувати у визначений час згідно затвердженого графіка. Здобувач повинен старанно виконувати завдання, брати активну участь у навчальному процесі.

**Політика щодо зарахування результатів формальної, неформальної та інформальної освіти.** Результати навчання, здобуті шляхом формальної, неформальної та/або інформальної освіти, визнаються в ВНУ імені Лесі Українки шляхом валідації ([https://ed.vnu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/08/2022\\_%D0%92%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F\\_%D1%80%D0%B5%D0%B7%D1%83%D0%BB\\_%D1%82%D0%B0%D1%82%D0%B2\\_%D0%92%D0%9D%D0%A3\\_i%D0%BC\\_%D0%9B.%D0%A3\\_%D1%80%D0%B5%D0%B4.pdf](https://ed.vnu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/08/2022_%D0%92%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D1%80%D0%B5%D0%B7%D1%83%D0%BB_%D1%82%D0%B0%D1%82%D0%B2_%D0%92%D0%9D%D0%A3_i%D0%BC_%D0%9B.%D0%A3_%D1%80%D0%B5%D0%B4.pdf))

Визнанню можуть підлягати такі результати навчання, отримані в неформальній освіті, які за тематикою, обсягом вивчення та змістом відповідають як освітньому компоненту в цілому, так і його окремому розділу, темі (темам), індивідуальному завданню, контрольній роботі тощо, які передбачені силабусом освітнього компонента.

**Політика щодо академічної доброчесності:** виконані завдання здобувачів вищої освіти мають бути їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших осіб є прикладами можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача є підставою для її незарахування, незалежно від масштабів плагіату чи обману.

**Політика щодо дедлайнів та перескладання:** роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (-1 бал).

**Політика виставлення балів.** Враховуються результати поточного оцінювання (100 балів). При цьому обов'язково враховуються присутність на заняттях та активність здобувача під час занять; не допускаються пропуски та запізнення на заняття; заборонено використання мобільного телефону, планшета чи інших мобільних пристроїв під час заняття в цілях не пов'язаних з навчанням; списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання. Підсумковий семестровий контроль у вигляді заліку передбачає оцінку засвоєння студентом навчального

матеріалу на підставі результатів виконання ним усіх видів запланованої навчальної роботи впродовж семестру.

Така оцінка виставляється та заноситься до залікової відомості й індивідуального навчального плану здобувача у день проведення заліку за умови обов'язкової присутності здобувача вищої освіти.

## **V. Підсумковий контроль**

Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється під час поточного контролю за результатами виконання тих видів робіт, які передбачені силабусом: поточне оцінювання (письмова контрольна робота), фронтальне опитування, бліц-опитування, есе чи реферат, тести, розгляд ситуаційних завдань, виконання практичних завдань.

Підсумковий контроль здійснюється у вигляді семестрового заліку. Залік з освітнього компонента виставляється за результатами поточної роботи за умови, що здобувач освіти виконав ті види навчальної роботи, які визначено силабусом. У випадку, якщо здобувач освіти не відвідував окремі аудиторні заняття (з поважних причин), на консультаціях він має право відпрацювати пропущені заняття та добрати ту кількість балів, яку було визначено на пропущені теми.

У випадку, якщо здобувач освіти набрав менше як 60 балів, він складає залік під час ліквідації академічної заборгованості. У цьому випадку бали, набрані під час поточного оцінювання анулюються. Максимальна кількість балів за залік під час ліквідації академічної заборгованості – 100 балів.

Така оцінка виставляється та заноситься до залікової відомості й індивідуального навчального плану здобувача у день проведення заліку за умови обов'язкової присутності здобувача вищої освіти.

Порядок організації поточного й підсумкового контролю знань здобувачів освіти регламентується Положенням про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів освіти Волинського національного університету імені Лесі Українки ([https://ed.vnu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/08/2022\\_Polozh\\_pro\\_otzin\\_%D0%A0%D0%B5%D0%B4\\_%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%9C%D0%95%D0%94.pdf](https://ed.vnu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/08/2022_Polozh_pro_otzin_%D0%A0%D0%B5%D0%B4_%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%9C%D0%95%D0%94.pdf)).

## **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. Поняття стрес-менеджменту.
40. Методи профілактики стресів.
41. «Синдром вигорання» як складний психофізіологічний феномен.
42. Причини виникнення та способи запобігання «синдрому вигорання».
43. Емоційне вигорання: сутність, причини, способи запобігання його виникнення.
44. Прокрастинація як соціально-психологічне явище.
45. Види та основні причини виникнення прокрастинації.

## VI. Шкала оцінювання

Оцінка в балах за всі види навчальної діяльності	Лінгвістична оцінка
90 – 100	Зараховано
82 – 89	
75 - 81	
67 -74	
60 - 66	
1 – 59	Незараховано (потрібне перекладання)



## VII. Рекомендована література та інтернет-ресурси

### Основна

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С.-Л.Гумецької. Харків : Віват, 2018. 512 с.
2. Батрин Н. Психологія менеджменту : навч. посіб. Київ : Лібра Терра, 2019. 84 с.
3. Котенко Л.А. Розвиток емоційного інтелекту як передумова розвитку інноваційної особистості : метод. посіб. Ясинувата, 2018. 93 с.
4. Краснокутська Н.С., Нащекіна О.М., Замула О.В. Менеджмент : навч. посіб. Харків : «Друкарня Мадрид», 2019. 231 с.
5. Москалець В.П. Психологія особистості : навч. посіб. Київ : Центр навчальної літератури, 2019. 262 с.
6. Ходаківський Є., Богоявленська Ю., Грабар Т. Психологія управління : підручник. Київ : Центр навчальної літератури, 2020. 492 с.

### Додаткова

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. Виноградова О. В., Євтушенко Н.О. Групова динаміка та комунікації : навч. посіб. Київ: ДУТ, 2018. 223 с.
3. Гоулман Д. Соціальний інтелект: нова наука про людські відносини / пер. з англ. 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. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод. посіб. Київ.: Педагогічна думка, 2012. 112 с.
6. Мурашко М.І. Менеджмент персоналу : навч.-практ. посіб. Київ: Знання, 2018. 311 с.
7. Сегеда І. Групова динаміка та комунікації. Київ : КПП ім.Ігоря Сікарського, 2019. 59 с.
8. Чалдині Р. Психологія впливу / пер. з англ. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2022. 400 с. 608 с.
9. Чернобай Л. І., Широн Ю. О. Емоційний інтелект в системі менеджменту БізнесІнформ. 2019. № 5. С. 227–232.
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/>.

#### *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/>.