

**Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования
«Московский физико-технический институт
(национальный исследовательский университет)»**

УТВЕРЖДЕНО
Проректор по учебной работе

А.А. Воронов

	Рабочая программа дисциплины (модуля)
по дисциплине:	Эмоциональный интеллект
по направлению:	Наукоёмкие технологии и экономика инноваций
профиль подготовки:	Прикладной системный инжиниринг центр "Высшая школа системного инжиниринга МФТИ" кафедра системного инжиниринга
курс:	1
квалификация:	магистр

Семестр, формы промежуточной аттестации: 1 (осенний) - Дифференцированный зачет

Аудиторных часов: 75 всего, в том числе:

лекции: 45 час.

семинары: 30 час.

лабораторные занятия: 0 час.

Самостоятельная работа: 33 час.

Всего часов: 108, всего зач. ед.: 3

Программу составил: О.В. Калиничев

Программа обсуждена на заседании кафедры системного инжиниринга 29.04.2022

Аннотация

Дисциплина «Эмоциональный интеллект» предназначена для формирования у обучающихся навыков, необходимых для эффективного управления собой, сохранения спокойствия под давлением, умения вести переговоры, убеждать, разрешать конфликты, быть вдохновляющим лидером.

«Эмоциональный интеллект» фокусируется на четырех ключевых блоках компетенций: понимание себя и своих эмоций, управление собственными эмоциями, понимание эмоций других и построение отношений.

Дисциплина направлена на практическое применение обучающимися инструментов эмоционального интеллекта, постепенное внедрение эмоциональных навыков и компетенций в профессиональную и личную жизнь для получения лучших результатов в работе, при этом сохраняя внутреннюю гармонию.

При прохождении дисциплины используются технологии контекстного образования: интерактивные лекции и интерактивные формы обучения (командная аудиторная работа, работа в мини-группах, коллективный разбор мини-кейсов).

1. Цели и задачи

Цель дисциплины

- сформировать понимание закономерностей развития эмоционального интеллекта;
- освоить технологии понимания и управления собственным эмоциональным состоянием, а также эмоциональным состоянием других людей;
- развить эмоциональную компетентность в общении с другими людьми, а также при решении различных жизненных и профессиональных ситуаций, в том числе при управлении командами в условиях типичных и кризисных ситуаций.

Задачи дисциплины

- дать теоретические основы для развития эффективных навыков эмоционального интеллекта;
- сформировать компетенции понимания своих эмоций и эмоций других, умения управлять своими эмоциями, влияния и управление эмоциями других;
- познакомить с подходами и тестовыми методиками для определения уровня эмоционального интеллекта;
- научить использованию инструментария оценки эмоционального интеллекта;
- повысить способности обучающегося переводить трудно выражаемое словами «эмоциональное состояние» на повседневный язык;
- научить отслеживать внешние поведенческие индикаторы эмоциональных состояний других людей, использовать любые эмоциональные состояния как ресурс; освоить техники саморегуляции эмоционального состояния;
- сформировать профессиональную компетенцию по определению задач для развития эмоционального интеллекта профессиональных команд, проектных групп для эффективного решения производственных и других задач;
- развить обобщенный набор компетенций по саморегуляции и саморазвитию личности;
- определить роль эмоционального интеллекта при изучении психологии стресса, а также при решении задач по профилактике эмоционального/профессионального выгорания руководителей (лидеров) и сотрудников компаний.

2. Перечень формируемых компетенций

Освоение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции
	УК-3.1 Организует и координирует работу участников проекта, способствует конструктивному преодолению возникающих разногласий и конфликтов

УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	УК-3.2 Умеет разрабатывать командную стратегию, учитывая цели организации и потребности членов команды, делегировать полномочия и ответственность, рационально планировать и организовывать командную работу с учетом временных ограничений и существующих рисков
	УК-3.3 Способен предвидеть результаты (последствия) как личных, так и коллективных действий
	УК-3.4 Способен планировать командную работу, распределять поручения членам команды, организовывать обсуждение разных идей и мнений
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1 Знает принципы тайм-менеджмента, факторы личностного и профессионального роста, ключевые параметры и показатели самооценки, актуальные направления самообразования, соответствующие сфере профессиональной деятельности
	УК-6.2 Умеет расставлять приоритеты в процессе реализации личных и профессиональных задач, рационально планировать рабочее время, выбирать оптимальные способы выполнения профессиональных функций, организовывать процедуру самообразования, модернизировать рабочее место и совершенствовать собственные рабочие и творческие процессы
	УК-6.3 Владеет навыками самоанализа и самооценки, механизмами рефлексивного мышления, методологией тайм-менеджмента, алгоритмами проектирования профессиональной деятельности

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)

В результате освоения дисциплины обучающиеся должны

знать:

- современные (базовые) подходы к эмоциональному интеллекту;
- иметь представление о структуре эмоционального интеллекта;
- особенности эмоционального интеллекта и эмоциональной компетентности;
- основные психологические (эмоциональные) характеристики личности;
- общее и различное при определении EQ vs. IQ;
- знать подходы к диагностике уровней социальной и поведенческой компетентности;
- о роли эмоционального интеллекта в системе лидерских качеств руководителей высшего и среднего звена.

уметь:

- понимать и распознавать эмоции и эмоциональные состояния других людей;
- использовать модель для оценки эмоционального интеллекта индивидуально или в команде.
- использовать модель переноса своего отношения и ответных реакций для наилучшего соответствия требованиям ситуации или человека, которых они касаются;
- структурировать эмоциональный портрет руководителя/лидера;
- описать (создать) матрицу эмоциональной компетентности современной личности руководителя и эмоционального интеллекта команды.

владеть:

- навыками анализа, контроля и управления своим эмоциональным интеллектом, своим эмоциональным состоянием;
- навыками развития и управления эмоциональным интеллектом своим (как лидера) и команды (в том числе, в условиях кризиса и неопределенности);
- навыками создания эмоционального портрета руководителя в условиях кризиса и неопределенности;
- техниками управления (собственными) эмоциями.
- набором персонализированных навыков, которые могут применяться эффективно и достоверно.

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Разделы дисциплины (модуля) и трудоемкости по видам учебных занятий

№	Тема (раздел) дисциплины	Трудоемкость по видам учебных занятий, включая самостоятельную работу, час.			
		Лекции	Семинары	Лаборат. работы	Самост. работа
1	Понимание эмоций	11	4		5
2	Управление эмоциями и управление собой	11	11		10
3	Понимание других	11	4		6
4	Социальные навыки и эмоциональное лидерство	12	11		12
Итого часов		45	30		33
Подготовка к экзамену		0 час.			
Общая трудоёмкость		108 час., 3 зач.ед.			

4.2. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

Семестр: 1 (Осенний)

1. Понимание эмоций

Эмоциональный интеллект. Эмоциональный мозг. Интерес. Удовольствие. Удивление. Страх. Отвращение. Гнев. Печаль. Стыд и гордость.

2. Управление эмоциями и управление собой

Мрашмеэллоу тест. Где мой IQ? Настроение. Управление на поверхности. Стратегии управления. Альтернативное объяснение. Ожидания и потребности. Убеждения и установки. Драйверы. Самоуважение.

3. Понимание других

Эмпатия. Созависимость. Развитие эмпатии. Выражение эмпатии. Активное слушание. Невербальная коммуникация.

4. Социальные навыки и эмоциональное лидерство

Социальные навыки. Язык ННО. Наблюдение. Выражение чувств. Негативное сообщение. Выражение потребности.

5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

- Персональный компьютер преподавателя (ноутбук) с установленным Microsoft Office.
- Проектор, экран (или плазменная панель большого формата).
- Флипчарт, блокноты к флипчарту, комплекты цветных маркеров для флипчарта.
- Обеспечение самостоятельной работы: компьютер с установленным Microsoft Office и доступом в интернет.

6. Перечень рекомендуемой литературы

Основная литература

1. Эмоциональный интеллект 2.0 = Emotional Intelligence 2.0 / Т. Бредберри, Дж. Гривз ; пер. с англ. П. Миронова. - [Научно-популярное изд.]. - 5-е изд. - Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2021. - 199 с. : ил. - 1200 экз. - ISBN 978-5-00169-236-2
2. Эмоциональный интеллект руководителя: как развивать и применять = The emotionally intelligent manager / Д. Карузо, П. Сэловей; пер. с англ. Д. Раевская, О. Чекчурина. - Санкт-Петербург : Питер, 2020. - 319 с. - (Серия "Деловой бестселлер"). - ISBN 978-5-496-02237-8).
3. Социальный интеллект. Теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. — Москва, Институт психологии РАН, 2004.— URL: <https://e.lanbook.com/book/108744> (дата обращения: 21.04.2021). - Полный текст (Режим доступа : из сети МФТИ / Удаленный доступ)

Рекомендуемая литература для самостоятельного изучения

1. Экман, П. Психология эмоций / П. Экман. - СПб.: Питер, 2021. - 285 с.
2. Рок, Д. Мозг. Инструкция по применению / Д. Рок. - М.: Альпина Паблишер, 2013. - 483 с.
3. Тан, Ч.-М. Ищи в себе / Ч.-М. Тан. - М.: АСТ, 2018. - 375 с.
4. Селигман, М. Как научиться оптимизму / М. Селигман. - М.: Альпина Паблишер, 2021 - 544 с.

Дополнительная литература

1. Эмоциональный интеллект в бизнесе / Д. Гоулман . — Москва, Манн, Иванов и Фербер, 2013.— URL: <https://e.lanbook.com/book/62190> (дата обращения: 21.04.2021). - Полный текст (Режим доступа : из сети МФТИ / Удаленный доступ)
2. Эмоциональное лидерство, Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки . — Москва, Альпина Паблишер, 2016.— URL: <https://e.lanbook.com/book/95476> (дата обращения: 21.04.2021). - Полный текст (Режим доступа : из сети МФТИ / Удаленный доступ)
3. Эмоциональный интеллект, Российская практика / С. Шабанов, А. Алешин. — Москва, Манн, Иванов и Фербер, 2014.— URL: <https://e.lanbook.com/book/62197> (дата обращения: 21.04.2021). - Полный текст (Режим доступа : из сети МФТИ / Удаленный доступ)
4. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха / Г. Омре. - Москва : КСП+, 2003. - 272 с.: ил. - Библиогр.: с. 246-256. - 2000 экз. - ISBN 5-89692-088-1.

Рекомендуемая литература для самостоятельного изучения

1. Чиксентмихайи, М. Поток: Психология оптимального переживания / М. Чиксентмихайи. - М.: Альпина Нонфикшн, 2011. - 576 с.
2. Канеман, Д. Думай медленно...решай быстро / Д. Канеман. - М.: АСТ, 2014. - 655 с.
3. Чалдини, Р. Психология влияния / Р. Чалдини. - СПб.: Питер, 2017. - 532 с.
4. Харрис, Т.Э. Я - о'кей, ты - о'кей / Т.Э. Харрис. - М.: Академический проспект, 2019. - 314 с.
5. Розенберг, М. Язык жизни: ненасильственное общение / М. Розенберг. - М.: София, 2009. - 471 с.

7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

электронная библиотека МФТИ: <http://books.mipt.ru/>
электронно-библиотечная система "Лань": <https://e.lanbook.com/>
ЭБС «Юрайт»: <https://urait.ru/>
научная электронная библиотека eLibrary: <https://www.elibrary.ru/>
журналы издательства Кембриджского университета: <https://www.cambridge.org/core>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень необходимого программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

На лекциях и практических занятиях используются мультимедийные технологии: мультимедийные презентации, работа с персональными компьютерами, использование различных ресурсов сети Интернет.

Информационные технологии:

- проверка выполнения заданий и консультирование на платформе LMS - СДО Высшей школы системного инжиниринга МФТИ;
- проведение лекций и практических занятий с использованием мультимедийных технологий.

Программное обеспечение:

- платформа LMS - СДО Высшей школы системного инжиниринга МФТИ: <http://lms.se.mipt.ru/login/index.php>;
- программы Zoom/Skype для проведения занятий;
- программы, обеспечивающие доступ в сеть Интернет (Google Chrome, Rambler, Yandex);
- программы, обеспечивающие демонстрации видео материалов (проигрыватель «Windows Media Player»);
- программы для работы на компьютере «Microsoft Office».

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

В программе дисциплины приведено примерное распределение времени, необходимого для работы обучающегося над темами дисциплины. Для успешного освоения данной дисциплины обучающемуся необходимо:

- посещать лекции, конспектировать материал;
- выполнять задания, задаваемые преподавателем;
- самостоятельно прорабатывать все материалы, публикуемые в СДО по данной дисциплине;

Возможен промежуточный контроль знаний обучающегося в виде выполнения групповых заданий в соответствии с тематикой занятий.

При затруднениях с пониманием материала следует обращаться за консультациями к преподавателю.

Успешное освоение дисциплины требует напряжённой самостоятельной работы обучающегося.

Руководство и контроль за самостоятельной работой обучающегося осуществляется посредством СДО.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

по направлению: Научноёмкие технологии и экономика инноваций
профиль подготовки: Прикладной системный инжиниринг
Центр "Высшая школа системного инжиниринга МФТИ"
кафедра системного инжиниринга
курс: 1
квалификация: магистр

Семестр, формы промежуточной аттестации: 1 (осенний) - Дифференцированный зачет

Разработчик: О.В. Калинин

1. Компетенции, формируемые в процессе изучения дисциплины

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	УК-3.1 Организует и координирует работу участников проекта, способствует конструктивному преодолению возникающих разногласий и конфликтов
	УК-3.2 Умеет разрабатывать командную стратегию, учитывая цели организации и потребности членов команды, делегировать полномочия и ответственность, рационально планировать и организовывать командную работу с учетом временных ограничений и существующих рисков
	УК-3.3 Способен предвидеть результаты (последствия) как личных, так и коллективных действий
	УК-3.4 Способен планировать командную работу, распределять поручения членам команды, организовывать обсуждение разных идей и мнений
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1 Знает принципы тайм-менеджмента, факторы личностного и профессионального роста, ключевые параметры и показатели самооценки, актуальные направления самообразования, соответствующие сфере профессиональной деятельности
	УК-6.2 Умеет расставлять приоритеты в процессе реализации личных и профессиональных задач, рационально планировать рабочее время, выбирать оптимальные способы выполнения профессиональных функций, организовывать процедуру самообразования, модернизировать рабочее место и совершенствовать собственные рабочие и творческие процессы
	УК-6.3 Владеет навыками самоанализа и самооценки, механизмами рефлексивного мышления, методологией тайм-менеджмента, алгоритмами проектирования профессиональной деятельности

2. Показатели оценивания компетенций

В результате изучения дисциплины «Эмоциональный интеллект» обучающийся должен:

знать:

- современные (базовые) подходы к эмоциональному интеллекту;
- иметь представление о структуре эмоционального интеллекта;
- особенности эмоционального интеллекта и эмоциональной компетентности;
- основные психологические (эмоциональные) характеристики личности;
- общее и различное при определении EQ vs. IQ;
- знать подходы к диагностике уровней социальной и поведенческой компетентности;
- о роли эмоционального интеллекта в системе лидерских качеств руководителей высшего и среднего звена.

уметь:

- понимать и распознавать эмоции и эмоциональные состояния других людей;
- использовать модель для оценки эмоционального интеллекта индивидуально или в команде.
- использовать модель переноса своего отношения и ответных реакций для наилучшего соответствия требованиям ситуации или человека, которых они касаются;
- структурировать эмоциональный портрет руководителя/лидера;
- описать (создать) матрицу эмоциональной компетентности современной личности руководителя и эмоционального интеллекта команды.

владеть:

- навыками анализа, контроля и управления своим эмоциональным интеллектом, своим эмоциональным состоянием;
- навыками развития и управления эмоциональным интеллектом своим (как лидера) и команды (в том числе, в условиях кризиса и неопределенности);
- навыками создания эмоционального портрета руководителя в условиях кризиса и неопределенности;
- техниками управления (собственными) эмоциями.
- набором персонализированных навыков, которые могут применяться эффективно и достоверно.

3. Перечень типовых (примерных) вопросов, заданий, тем для подготовки к текущему контролю

Задания текущего контроля включают в себя: анализ своего эмоционального статуса, создание идеальной и реальной модели эмоционального интеллекта своего руководителя, матрица эмоционального интеллекта команды.

Задания состоят в практиковании инструментов эмоционального интеллекта для улучшения взаимодействия при личном общении и коллективе, для успешного руководства командой.

Пример заданий текущего контроля:

Примите участие во встрече или рабочем собрании, где вам не нужно будет быть активным участником. Вам предстоит внимательно слушать и наблюдать. По ходу встречи/совещания необходимо фиксировать свои наблюдения отвечая на вопросы ниже. (Можно делать пометки в любой удобной форме)

Вопросы:

1. Заметили ли вы невербальные признаки поведения? Что это было? Изменялись ли они по ходу встречи? Каким образом?
2. Кто получал больше всех уважения от других в этой комнате? Почему вы так считаете?
3. Можете ли вы определить кто был наиболее авторитетен? Можете ли сказать, что было источником авторитетности – должность, знание вопроса или бравата (нахрап)?
4. Когда кто-то говорил, могли ли вы сказать кто из слушающих соглашался, а кто нет?
5. Было ли у вас ощущение что кто-то кому-то больше нравится и симпатизирует больше чем другим? Наоборот, не нравится?
6. Был ли кто-то в комнате кто смог заставить других замолкнуть (задуматься) в какой-то момент времени?
7. У кого было наибольшее влияние на итоговый результат?
8. Если бы вам пришлось говорить, как бы вы изменили свой тон или язык тела. Чьи реакции были бы для вас наиболее важными?

4. Перечень типовых (примерных) вопросов и тем для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Промежуточная аттестация проводится в форме итогового проекта на тему: "Управление развитием эмоционального интеллекта (своим и команды): выработка программы развития", который состоит в том, чтобы сформулировать техническое задание к программе развития по управлению процессам развития эмоционального интеллекта (своего и команды).

Критерии оценивания

Оценка «отлично» (10,9,8) выставляется обучающемуся, показавшему всестороннее, систематическое знание учебного программного материала, самостоятельно выполнившего все предусмотренные программой задания, глубоко усвоившему основную литературу и ознакомившемуся с дополнительной литературой, рекомендованной программой, активно работавшему на занятиях, показавшему систематический характер знаний по дисциплине, достаточный для дальнейшей учебы, а также способность к их самостоятельному пополнению, чей ответ отличается точностью использованных терминов, а изложение материала в нем последовательно и логично;

Оценка «хорошо» (7,6,5) выставляется обучающемуся, показавшему достаточно полное знание учебно-программного материала, не допускающему в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнившего основные предусмотренные программой задания, усвоившему основную литературу, рекомендованную программой, отличавшемуся достаточной активностью на занятиях, показавшему систематический характер знаний по дисциплине, достаточный для дальнейшей учебы;

Оценка «удовлетворительно» (4,3) выставляется обучающемуся, показавшему знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, не отличившемуся активностью на занятиях, самостоятельно выполнившего основные предусмотренные программой задания, усвоившему основную литературу, рекомендованную программой, однако допустившему некоторые погрешности при их выполнении и в ответе на зачете, но обладающему необходимыми знаниями для устранения под руководством преподавателя допущенных погрешностей;

Оценка «неудовлетворительно» (2,1) выставляется обучающемуся, показавшему пробелы в знаниях или отсутствие знаний по значительной части основного учебно-программного материала, не выполнившего самостоятельно предусмотренные программой основные задания, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, допускающему существенные ошибки при ответе, и не способному продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Оценка качества освоения дисциплины проводится по десятибалльной системе по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации (дифференцированный зачет). Текущий контроль успеваемости предполагает систему коллективных и индивидуальных аналитических, творческих и проектных заданий для самостоятельной работы и контроль посещаемости практических занятий. Промежуточная аттестация проводится письменно в форме итогового проекта. Время, отводимое на выполнение письменного итогового задания, составляет 6 часов.

Во время выполнения итогового задания разрешается пользоваться вспомогательной литературой по дисциплине.

Составляющие процесса обучения, которые оцениваются в ходе обучения, и их вклад в итоговую оценку:

задания текущего контроля	70%
итоговый проект	30%