

Міністерство освіти і науки України
Національний університет водного господарства та
природокористування
Навчально-науковий інститут економіки і менеджменту
Кафедра менеджменту

06-08-340М

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

до виконання практичних занять і самостійного вивчення
навчальної дисципліни «Емоційний інтелект» для здобувачів
вищої освіти другого (магістерського) рівня за освітньо-
професійною програмою «Управління проєктами» спеціальності
073 «Менеджмент» денної і заочної форм навчання

Рекомендовано науково-
методичною радою з якості
ННІЕМ
Протокол № 1 від 31.08.2023 р.

Методичні рекомендації до виконання практичних занять і самостійного вивчення навчальної дисципліни «Емоційний інтелект» для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня за освітньо-професійною програмою «Управління проєктами» спеціальності 073 «Менеджмент» денної і заочної форм навчання [Електронне видання] / Король Б. О. – Рівне : НУВГП, 2023. – 14 с.

Укладач: Король Б. О., к.е.н., доцент кафедри менеджменту.

Схвалено на засіданні кафедри менеджменту.
Протокол № 21 від «29» серпня 2023 р.

Відповідальний за випуск: Кожушко Л. Ф., д.т.н, професор,
завідувач кафедри менеджменту.

Керівник групи забезпечення освітньої програми: к.е.н, доцент
Король Б. О.

© Б. О. Король, 2023
© НУВГП, 2023

ЗМІСТ

| | |
|---|----|
| ВСТУП..... | 4 |
| ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ..... | 4 |
| I. ТЕМАТИЧНИЙ ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ | 5 |
| II. ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ..... | 6 |
| Практичне заняття 1. Феномен емоційного інтелекту | 6 |
| Практичне заняття 2. Поняття, види емоцій і почуттів..... | 7 |
| Практичне заняття 3. Підходи до розуміння психіки людини | 7 |
| Практичне заняття 4. Регуляція власного емоційного стану | 8 |
| Практичне заняття 5. Поняття стресу і способи виходу зі стресових ситуацій..... | 9 |
| Практичне заняття 6. Світоглядні передумови формування особистості | 9 |
| III. ОФОРМЛЕННЯ ЗВІТУ ПРО САМОСТІЙНУ РОБОТУ (для студентів заочної форми навчання) | 10 |
| 3.1. Порядок висвітлення теоретичного питання..... | 10 |
| 3.2. Теоретичні питання для самостійного опрацювання | 11 |
| 3.3. Таблиця вибору варіанта теоретичних завдань..... | 13 |
| IV. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ..... | 14 |
| Рекомендована література..... | 14 |

ВСТУП

ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

У методичних вказівках зазначено список очікуваних результатів вивчення дисципліни «Емоційний інтелект», наведено тематичний зміст дисципліни і описано перелік практичних завдань як для самостійного опрацювання, так і під час аудиторних занять. Практичні завдання студентів націлені на формування у студентів стійкої системи компетенцій, спрямованих на розвиток їх спроможності управляти проектами.

Методичні рекомендації допоможуть активізувати навчальний процес та забезпечити ефективне засвоєння матеріалу і створить сприятливі умови для набуття студентами необхідних знань і навичок.

Підсумком самостійної роботи над вивченням дисципліни «Емоційний інтелект» є виконання практичних завдань і формування письмових звітів за темами, вказаними у теоретичній частині.

Загальний обсяг звіту визначається з розрахунку 0,25 сторінки на 1 год. самостійної роботи та завантажується на навчальну платформу Moodle.

В процесі вивчення дисципліни «Емоційний інтелект» студенти набувають сукупності компетенцій.

ІК. Здатність розв'язувати складні задачі і проблеми у сфері менеджменту або у процесі навчання, що передбачають проведення досліджень та/або здійснення інновацій за невизначеності умов і вимог.

ЗК2. Здатність до спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності).

ЗК4. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК5. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК6. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

СК5. Здатність створювати та організовувати ефективні комунікації в процесі управління.

СК6. Здатність формувати лідерські якості та демонструвати їх в процесі управління людьми.

СК8. Здатність використовувати психологічні технології роботи з персоналом.

Після вивчення навчальної дисципліни здобувачами вищої освіти очікується здобуття програмних результатів навчання.

6. Мати навички прийняття, обґрунтування та забезпечення реалізації управлінських рішень в непередбачуваних умовах,

враховуючи вимоги чинного законодавства, етичні міркування та соціальну відповідальність.

7. Організовувати та здійснювати ефективні комунікації всередині колективу, з представниками різних професійних груп та в міжнародному контексті.

10. Демонструвати лідерські навички та вміння працювати у команді, взаємодіяти з людьми, впливати на їх поведінку для вирішення професійних задач.

12. Вміти делегувати повноваження та керівництво організацією (підрозділом).

I. ТЕМАТИЧНИЙ ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ

Тема 1. Феномен емоційного інтелекту. Поняття, види і класифікація емоційного інтелекту. Передумови розвитку емоційного інтелекту. Теорії емоційного інтелекту.

Тема 2. Поняття, види емоцій і почуттів. Поняття «емоція» і її функції. Психофізіологічна база емоцій. Класифікація емоцій за Б. І. Додоновим і К. Ізардом. Суть і характеристика основних видів емоцій. Стенічні й астенічні емоції. Прості і складні емоції. Види почуттів.

Тема 3. Підходи до розуміння психіки людини. Зміна поведінки людини з допомогою біхевіористського підходу. Зміна мислення людини з допомогою когнітивного підходу. Зниження драматизму змін в межах психодинамічного підходу. Зниження емоційності змін з допомогою гуманістично-психологічного підходу. Типологія особистості за Майерс-Бріггс. Модель трансформації особистості Шайна.

Тема 4. Регуляція власного емоційного стану. Поняття і ознаки емоційної дисрегуляції. Опитувальник емоційної регуляції. Методи регулювання психоемоційного стану. Вибір стратегії для емоційної саморегуляції.

Тема 5. Поняття стресу і способи виходу зі стресових ситуацій. Поняття і види стресу. Шкала стресу Холмса та Рея. Зовнішні ознаки стресу. Поняття і симптоми синдрому «емоційного вигорання». Локалізація стресу.

Тема 6. Світоглядні передумови формування особистості. Поняття лідерства в контексті спіральної динаміки. Самооцінка особистості. Зовнішня оцінка – основа рангу. Поняття примативності. Інстинкти – основа потреб людини. Поєднання примативності з рангом. Напрями підвищення фактичного рангового потенціалу.

II. ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

| № з/п | Назва теми | Кількість годин | |
|--------------------------|---|-----------------|--------------|
| | | денна форма | заочна форма |
| 1. | Феномен емоційного інтелекту | 2 | |
| 2. | Поняття, види емоцій і почуттів | 2 | 2 |
| 3. | Підходи до розуміння психіки людини | 2 | |
| 4. | Регуляція власного емоційного стану | 4 | 2 |
| 5. | Поняття стресу і способи виходу зі стресових ситуацій | 2 | |
| 6. | Світоглядні передумови формування особистості | 2 | 2 |
| ПІДСУМОК ПО КУРСУ | | 14 | 6 |

Практичне заняття 1. Феномен емоційного інтелекту

Навчальний час: 2 год.

Метою практичного заняття є деталізація понятійного апарату сучасної психології в розділі емоційного інтелекту задля подальшого формування і посилення компетенцій в сфері менеджменту і управління проектами зокрема.

Питання для обговорення

1. Які основні етапи становлення і розвитку вчень про емоційний інтелект в зарубіжній психології?
2. Опишіть ваше особисте трактування поняття «емоційний інтелект».
3. Яких відомих науковців-дослідників у сфері емоційного інтелекту можете назвати?
4. Охарактеризуйте єдність афективних і інтелектуальних процесів.
5. Опишіть афективну регуляцію процесів мислення людини.
6. Перелічіть основні закони емоційного інтелекту і по можливості розкрийте їх зміст.
7. Спробуйте намітити перспективи розвитку науки про емоційний інтелект.

Завдання

Завдання 1. Розгляньте основні етапи становлення і розвитку вчень про емоційний інтелект в зарубіжній психології. Опишіть феномен емоційного інтелекту.

Завдання 2. Охарактеризуйте передумови розвитку емоційного інтелекту в радянській і вітчизняній психології (єдність афективних і

інтелектуальних процесів вчення Л. С. Виготського, афективна регуляція мислення О. М. Леонтьєва; теорія емоцій О. Чебикіна).

Завдання 3. Тезово охарактеризуйте суть теорії емоційного інтелекту авторства Е. Носенко і її послідовників.

Практичне заняття 2. Поняття, види емоцій і почуттів

Навчальний час: 2 год.

Метою практичного заняття є розвиток таких здатностей: здатність до спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня; здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів); здатність формувати лідерські якості та демонструвати їх в процесі управління людьми.

Питання для обговорення

1. Що таке емоція і яку роль вона відіграє в житті людини?
2. Яка психофізіологічна основа емоції людини?
3. Які класифікації емоцій можете назвати?
4. Охарактеризуйте сутність базових емоцій.
5. Поясніть різницю між стеничними й астеничними емоціями.
6. Як співвідносяться прості і складні емоції?
7. Наведіть порівняльну характеристику емоцій і почуттів.
8. Чи можете охарактеризувати стан амбівалентності емоцій?

Завдання

Завдання 1. Опрацюйте літературу за темою, записавши короткий конспект. Зазначте список використаних під час підготовки джерел.

Завдання 2. Зробіть порівняльну характеристику (в табличній формі) 5 емоцій та відповідних почуттів.

Практичне заняття 3. Підходи до розуміння психіки людини

Навчальний час: 2 год.

Метою практичного заняття є розвиток таких здатностей: здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів); здатність формувати лідерські якості та демонструвати їх в процесі управління людьми; здатність використовувати психологічні технології роботи з персоналом.

Питання для обговорення

1. Охарактеризуйте поняття «стимул» і «мотив»?
2. Як інтеріоризується стимул в мотив?
3. Опишіть особливості гештальт-психології. Наведіть приклади.
4. Опишіть п'ять стадій пристосування до змін М. Кублер-Росс. Наведіть приклади.

5. Спробуйте провести аналогію між ієрархією потреб А. Маслоу і ієрархією базових інстинктів.

6. Опишіть основні види страху при впровадженні змін.

7. За якими напрямками можна зменшувати тривогу, пов'язану з навчанням?

Завдання

Завдання 1. Пройдіть опитування за опитувальником Майерс-Бріггс і проаналізуйте отримані результати.

Завдання 2. Пройдіть групову логічну гру «Риба» (правила і умови гри розміщені на навчальній платформі Moodle).

Практичне заняття 4. Регуляція власного емоційного стану

Навчальний час: 4 год.

Метою практичного заняття є розвиток таких здатностей: здатність до спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня; здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети; здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів); здатність генерувати нові ідеї; здатність створювати та організовувати ефективні комунікації в процесі управління; здатність формувати лідерські якості та демонструвати їх в процесі управління людьми; здатність використовувати психологічні технології роботи з персоналом.

Питання для обговорення

1. Розкрийте сутність поняття «рефлексія».
2. Охарактеризуйте способи розвитку рефлексивних навиків.
3. Розкрийте сутність понять емпатії та психопатії.
4. За яких умов можливе дефектне застосування емпатії?
5. Які підходи до розвитку емоційного інтелекту Вам відомі?
6. З допомогою яких способів можна викликати бажані емоції?
7. Опишіть способи і прийоми контролю певного емоційного стану.

Завдання

Завдання 1. Пройдіть тест емоційних триад. Обговоріть результати тесту в групі.

Завдання 2. Необхідно відповісти на всі блоки питань тесту Гілфорда і завантажити в Moodle бланк своєї відповіді (стор. 14 файлу «ПЗ 4_Тест Гілфорда.docx»), а також коротко проаналізувати отримані результати оцінювання свого рівня соціального інтелекту. Обговоріть результати тесту в групі.

Завдання 3. Необхідно заповнити опитувальник Шварца (табл. 1 у файлі «ПЗ 3_Методика Шварца.docx» заповнити і завантажити в

Moodle) і проаналізувати пріоритетні групи особистих цінностей. Ключі до розшифровки містяться у тому ж файлі.

Практичне заняття 5. Поняття стресу і способи виходу зі стресових ситуацій

Навчальний час: 2 год.

Метою практичного заняття є поглиблення вмінь критично осмислювати, вибирати та використовувати необхідний науковий, методичний і аналітичний інструментарій для управління в непередбачуваних умовах; демонструвати лідерські навички та вміння працювати у команді, взаємодіяти з людьми, впливати на їх поведінку для вирішення професійних задач.

Питання для обговорення

1. Охарактеризуйте сутність стресу і стресорів.
2. Як можна класифікувати ознаки стресу?
3. Перелічіть відому вам зовнішні ознаки стресу?
4. Якими є внутрішні (психічні) ознаки стресу?
5. Розкрийте суть поняття «синдром емоційного (професійного) вигоряння»?
6. Якими є ознаки синдрому емоційного вигоряння?
7. Які способи виходу зі стресових ситуацій вам відомі?

Завдання

Завдання 1. Пройдіть тест на визначення рівня стресу (за В. Ю. Щербатих). Результати проходження тести обговоріть в групі студентів.

Завдання 2. Пройдіть тест за методикою визначення стресостійкості та соціальної адаптації Холмса і Раге за посиланням: <http://surl.li/htmge>. Результати проходження тести обговоріть в групі студентів.

Практичне заняття 6. Світоглядні передумови формування особистості

Навчальний час: 2 год.

Метою практичного заняття є поглиблення вмінь критично осмислювати, вибирати та використовувати необхідний науковий, методичний і аналітичний інструментарій для управління в непередбачуваних умовах; вміння організовувати та здійснювати ефективні комунікації всередині колективу, з представниками різних професійних груп та в міжнародному контексті; демонструвати

лідерські навички та вміння працювати у команді, взаємодіяти з людьми, впливати на їх поведінку для вирішення професійних задач.

Питання для обговорення

1. Охарактеризуйте способи взаємодії свідомості з підсвідомістю людини.
2. Перерахуйте і охарактеризуйте напрямки розвитку вербальних і невербальних комунікацій.
3. Назвіть і охарактеризуйте основні методи протидії маніпуляційному впливу оточення.
4. Охарактеризуйте логічні рівні піраміди Р. Ділтса.
5. Опишіть способи підвищення візуального (рангового) потенціалу.
6. Опишіть способи роботи із власною лінню.
7. Перелічіть напрямки підвищення самооцінки.

Завдання

Завдання 1. Необхідно написати есе щодо рекомендацій з власного індивідуального розвитку і завантажити його в систему Moodle (за основу можна взяти матеріали презентації лекції).

Завдання 2. Необхідно ознайомитися з презентацією, зробленою за мотивами книги І. Пінтосевича «Живи» (презантація лекції). Після цього сформувані власну програму індивідуальних змін, заповнивши таблицю «ФОРМУЛА «м100%M»» і завантаживши її в Moodle.

III. ОФОРМЛЕННЯ ЗВІТУ ПРО САМОСТІЙНУ РОБОТУ (ДЛЯ СТУДЕНТІВ ЗАОЧНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ)

Дослідіть теоретичні аспекти управління емоційним інтелектом у відповідності до варіанту (п. 3.3) та рекомендацій (п. 3.1).

3.1. Порядок висвітлення теоретичного питання

1. Для проведення досліджень потрібно використовувати інформацію з **наукових** журналів або вісників, монографій, довідників, періодичної літератури; намагались *уникати* подання інформації з підручників, посібників та іншої *навчальної літератури*.

2. **Обов'язково** відокремлювати цитати від власних думок. Цитата, яка наводиться з літературного джерела, береться в лапки. Після цитати в квадратних дужках вказується номер літературного джерела з загального списку і номери сторінок, на яких міститься цитата. Коли цитату взято з Інтернету, то вказується повна адреса Інтернет-сторінки.

3. Якщо даються визначення термінів, то бажано їх виділяти (підкреслювати, виділяти жирним шрифтом, іншим кольором тощо).

4. У списку використаної літератури **обов'язково** вказувати повну назву літературного джерела (див приклад оформлення цитати). Повна назва літературного джерела зазвичай вказується передостанній сторінці.

5. Робота заслуговуватиме найвищої оцінки в тому випадку, коли обсяг наведених цитат (рисуноків, таблиць, моделей) приблизно становитиме не менше 5 сторінок друкованого тексту, або ж наведено не менше 10 цитат (допускається наводити декілька цитат з одного літературного джерела). Альтернативним варіантом може бути наведення 1-2 наукових публікацій у повному обсязі (з газет, журналів або ж електронних журналів Інтернет), які повністю висвітлюють якусь із поставлених проблем.

6. При написанні роботи не обов'язкове розбиття на підпункти, а також виділення вступу.

7. Коли зроблено докладний огляд літературних джерел, а обсяг роботи не дозволяє навести всі цитати, бажано у списку використаної літератури вказати назву літературного джерела і номери сторінок на яких міститься цитата.

Приклад оформлення цитати

... текст ...

«**Емоційний інтелект** – група ментальних здібностей, які беруть участь в усвідомленні та розумінні власних емоцій і емоцій навколишніх людей» [2].

... текст ...

Зразок оформлення списку використаної літератури

1. ...
2. Емоційний інтелект. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://surl.li/ahpmt> (дата звернення 01.09.2023 р.).
3. ...

3.2. Теоретичні питання для самостійного опрацювання

1. Охарактеризуйте поняття емоції і опишіть їх функції.
2. Проаналізуйте психофізіологічні засади емоцій.
3. Опишіть види емоцій за К. Ізардом і Б. І. Додоновим.
4. Опишіть сутність таких емоцій, як: інтерес, радість, гнів, горе, зневага, відроза, страх, сором, здивування і провина.
5. Опишіть спільні і відмінні риси стеничних та астенічних емоцій; простих та складних емоцій.
6. Охарактеризуйте суть моральних, естетичних, інтелектуальних почуттів, а також стан амбівалентності.

7. Охарактеризуйте поняття і види інтелекту.
8. Опишіть підходи до оцінювання інтелектуальних здібностей.
9. Проаналізуйте передумови і основні етапи розвитку вчення про емоційний інтелект.
10. Яка сутність явища алекситимії?
11. Опишіть наявні підходи до трактування поняття «емоційний інтелект».
12. Як співвідносяться між собою «емоційний інтелект» і «соціальний інтелект»?
13. Наведіть класифікацію моделей емоційного інтелекту.
14. Охарактеризуйте найвідоміші моделі емоційного інтелекту.
15. Охарактеризуйте модель емоційного інтелекту Дж. Мейєра, П. Селовея, Д. Карузо.
16. Розкрийте суть моделі емоційного інтелекту Д. Гоулман.
17. Розкрийте суть моделі емоційного інтелекту Р. Бар-Она.
18. Охарактеризуйте модель емоційного інтелекту К. Петридаса.
19. Опишіть особливості моделі емоційного інтелекту Д. В. Люсіна.
20. Розкрийте сутність поняття рефлексії.
21. Охарактеризуйте еволюцію розвитку вчення про рефлексію.
22. Охарактеризуйте базові форми рефлексії.
23. Опишіть, з яких питань починається саморефлексія?
24. Охарактеризуйте професійну рефлексію.
25. В чому проявляється користь від розвитку рефлексивних навичок?
26. Які розрізняють способи розвитку рефлексивних навичок?
27. Звідки можна дізнатися про власний рівень розвитку рефлексивних навичок?
28. Охарактеризуйте сутність поняття «емпатія».
29. Обґрунтуйте, чому емпатію вважають основою ефективних міжособистісних стосунків.
30. Опишіть рівні розвитку емпатії особистості.
31. Охарактеризуйте портрет емоційно чутливої особи.
32. Що вважають базовою передумовою глибокої емпатії?
33. Охарактеризуйте способи взаємодії з підсвідомістю.
34. Охарактеризуйте напрямки розвитку вербальних і невербальних комунікацій.
35. Охарактеризуйте основні методи протидії маніпуляціям.
36. Охарактеризуйте логічні рівні піраміди Р. Ділтса.
37. Опишіть способи підвищення візуального (рангового) потенціалу.
38. Опишіть способи роботи із власною ліннюю.

39. Перелічіть напрямки підвищення самооцінки.
40. Опишіть відмінності між поняттями «емпатія» і «симпатія».
41. З якого віку можна розвивати свій емоційний інтелект?
42. Опишіть класифікацію підходів до розвитку емоційного інтелекту.
43. Опишіть способи досягнення емоційного балансу.
44. Опишіть способи зняття емоційної напруги.
45. Охарактеризуйте процедуру рефреймінгу.
46. Перелічіть основні способи релаксації.
47. В чому проявляється позитивна сторона тривожності?
48. Опишіть роль самооцінки у структурі емоційного інтелекту особи.
49. Яка особливість наявності депресивного стану в людини?
50. Охарактеризуйте сутність стресу і стресорів.
51. Як можна класифікувати ознаки стресу?
52. Перелічіть відомі вам зовнішні ознаки стресу.
53. Якими є внутрішні (психічні) ознаки стресу?
54. Розкрийте суть поняття «синдром емоційного вигорання».
55. Якими є ознаки синдрому емоційного вигорання?
56. Які способи виходу зі стресових ситуацій вам відомі?
57. Назвіть способи зменшення інтенсивності переживання гніву.
58. Опишіть сутність поняття «фрустрація». Наведіть приклад.
59. Охарактеризуйте функціональне призначення страху.
60. Обґрунтуйте переваги і недоліки від позбавлення страхів.

3.3. Таблиця вибору варіанта теоретичних завдань

| $\begin{matrix} a \\ \backslash \\ б \end{matrix}$ | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|--|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 0 | 1, 21, 31 | 2, 22, 32 | 3, 23, 33 | 4, 24, 34 | 5, 25, 35 | 6, 26, 36 | 7, 27, 37 | 8, 28, 38 | 9, 29, 39 | 10, 30, 40 |
| 1 | 11, 31, 51 | 12, 32, 52 | 13, 33, 53 | 14, 34, 54 | 15, 35, 55 | 16, 36, 56 | 17, 37, 57 | 18, 38, 58 | 19, 39, 59 | 20, 40, 60 |
| 2 | 1, 11, 41 | 2, 12, 42 | 3, 13, 43 | 4, 14, 44 | 5, 15, 45 | 6, 16, 46 | 7, 17, 47 | 8, 18, 48 | 9, 19, 49 | 10, 20, 50 |
| 3 | 21, 31, 61 | 22, 32, 62 | 23, 33, 63 | 24, 34, 64 | 25, 35, 65 | 26, 36, 66 | 27, 37, 67 | 28, 38, 68 | 29, 39, 69 | 30, 40, 70 |
| 4 | 11, 21, 51 | 12, 22, 52 | 13, 23, 53 | 14, 24, 54 | 15, 25, 55 | 16, 26, 56 | 17, 27, 57 | 18, 28, 58 | 19, 29, 59 | 20, 30, 60 |
| 5 | 1, 31, 71 | 2, 32, 72 | 3, 33, 73 | 4, 34, 74 | 5, 35, 75 | 6, 36, 76 | 7, 37, 77 | 8, 38, 78 | 9, 39, 79 | 10, 40, 80 |
| 6 | 1, 61, 81 | 2, 62, 82 | 3, 63, 83 | 4, 64, 84 | 5, 65, 85 | 6, 66, 86 | 7, 67, 87 | 8, 68, 88 | 9, 69, 89 | 10, 70, 90 |
| 7 | 11, 61, 71 | 12, 62, 72 | 13, 63, 73 | 14, 64, 74 | 15, 65, 75 | 16, 66, 76 | 17, 67, 77 | 18, 68, 78 | 19, 69, 79 | 20, 70, 80 |
| 8 | 21, 35, 65 | 22, 36, 66 | 23, 37, 67 | 24, 38, 68 | 25, 39, 69 | 26, 40, 70 | 1, 27, 77 | 2, 28, 78 | 3, 29, 79 | 4, 30, 80 |
| 9 | 5, 31, 81 | 6, 32, 82 | 7, 33, 83 | 8, 34, 84 | 9, 35, 85 | 10, 36, 86 | 11, 37, 87 | 12, 38, 88 | 13, 39, 89 | 14, 40, 90 |

a – остання цифра номера залікової книжки;

б – передостання цифра номера залікової книжки.

IV. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Рекомендована література

Основна

1. Барретт Л. Ф. Як народжуються емоції. Таємне життя мозку. Харків : Книжковий клуб сімейного дозвілля, 2018. 480 с.
2. Дерев'янка С. П. Психологія емоційного інтелекту : навчально-методичні рекомендації. Чернігів : НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2023. 80 с.
3. Носенко Е. Л. Посібник до вивчення курсу «Теорія емоційного інтелекту». Дніпропетровськ, 2014. 73 с.
4. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С. Гумецької. Київ, 2018. 512 с.

Додаткова

5. Mayer J., Caruso D., Salovey P. The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*. 2016. Vol. 8. P. 290–300.
6. Di Fabio A., Palazzeschi L., Bar-On R. The role of personality traits, core self-evaluation, and emotional intelligence in career decision-making difficulties. *Journal of employment counseling*. 2012. Vol. 49. P. 118–129.
7. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект и эмоциональная креативность: специфика и взаимодействие. Новополоцк: Полоцкий государственный университет, 2020. 356 с.
8. Бібліотека НУВГП. URL: <https://lib.nuwm.edu.ua/>. (дата звернення 15.08.2023 р.).
9. Національна психологічна асоціація. URL: <https://www.npa-ua.org/>. (дата звернення 15.08.2023 р.).