

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное автономное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования города Москвы  
«МОСКОВСКИЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ КАДРОВОГО ПОТЕНЦИАЛА  
РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ»

ЦЕНТР ОЦЕНКИ КОМПЕТЕНЦИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ  
КАФЕДРА РАЗВИТИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ ПЕДАГОГА



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГАОУ ДПО МЦРКПО

А.И. Рытов

«14» «июня» 2018 г.

Дополнительная профессиональная программа  
(повышение квалификации)

Технологии профессионального успеха: развитие эмоционального  
интеллекта (тренинг).

Рег. номер 416

Авторы курса:

Начальник учебного отдела  
А.А. Марзаганова

Лунев Д.Н.,  
Суханова С.В.,  
канд. псих. наук

Утверждено на заседании кафедры  
развития компетенций педагога

Протокол № 7 23.05.2018 г

И.о. зав. кафедрой С.В. Суханова /С.В.Суханова /

Москва – 2018

## Раздел 1. «Характеристика программы»

### 1.1. Цель реализации программы -

Совершенствование профессиональных компетенций педагога в области развития эмоционального интеллекта для эффективного управления профессиональным поведением.

№	Компетенция	Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
		Бакалавриат
		Код компетенции
1.	Готов к взаимодействию с участниками образовательного процесса	ПК-6

### 1.2. Планируемые результаты обучения

№	Знать - уметь	Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
		Бакалавриат
		Код компетенции
1.	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Основные виды и функции эмоций;</li><li>• Роль эмоционального самосознания в эффективном решении профессиональных и личностных задач.</li></ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Распознавать базовые эмоции и осознавать влияние собственных эмоциональных состояний и стратегий самомотивации на эффективность решения профессиональных задач;</li><li>• Распознавать и использовать эмоциональное состояние для эффективного решения профессиональных задач;</li><li>• Воспринимать и передавать информацию, находясь в различных</li></ul>	ПК-6

	<p>эмоциональных состояниях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Применять технологию подачи и получения обратной связи;</li> <li>• Использовать приемы уверенного реагирования в сложных ситуациях профессионального взаимодействия;</li> <li>• Применять в педагогической практике методы регуляции собственных эмоциональных состояний.</li> </ul>	
--	--	--

### 1.3. Категория обучающихся:

уровень образования – ВО, направление подготовки – «Педагогическое образование», область профессиональной деятельности – общее образование, дополнительное образование.

### 1.4. Форма обучения:

Очная

### 1.5. Режим занятий:

6 академических часов в день, 6 дней.

### 1.6. Трудоемкость программы: 36 часов.

## Раздел 2. «Содержание программы»

### 2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего час.	Виды учебных занятий, учебных работ		Формы контроля	Трудоемкость
			Лекции	Интеракт. занятия		
1.	Профессиональный стандарт «Педагог»: требования к психологической компетентности педагога	2	2		Входное тестирование <a href="https://moodle.mioo.ru">https://moodle.mioo.ru</a>	2
2.	Сущность понятия и основные теории эмоциональной компетентности.	4	1	3	текущий контроль	4
3.	Эмоциональный интеллект как основа личной и профессиональной эффективности	6	2	4	текущий контроль	6
4.	Тренинг эмоционального самосознания	12		12	текущий контроль	12

5.	Управление отношениями. Технология подачи и получения обратной связи.	6	2	4	текущий контроль	6
6.	Долгосрочные и краткосрочные стратегии управления эмоциями. Техники регуляции сильных эмоций.	4	1	3	текущий контроль	4
<b>Итоговая аттестация</b>		36			зачет	2
		Итоговое тестирование <a href="https://moodle.mioo.ru">https://moodle.mioo.ru</a>				
Итого:		36	8	28		36

## 2.2. Учебная программа

№ п/п	Виды учебных занятий, учебных работ	Содержание
Тема 1. Профессиональный стандарт «Педагог»: требования к психологической компетентности педагога	<i>Лекция 2ч.</i>	Входное тестирование Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»: психологический компонент, требования к психолого-педагогической компетентности педагога, требования к личностным качествам и ценностной основе профессиональной позиции педагога.
Тема 2. Сущность понятия и основные теории эмоциональной компетентности	<i>Лекция 1ч.</i>	Основные теории эмоционального развития человека. Понятие эмоционального интеллекта, подходы к его изучению в современной науке. Функции и виды эмоций. Настроения и аффекты. 12 базовых эмоций. Эмоции как диспетчер внутренних целей и потребностей.

	<i>Интерактивное занятие, 3 ч.</i>	Практикум самодиагностики эмоционального интеллекта. Практическая работа №1. Распознавание базовых эмоций по фотографиям, видео, при взаимодействии с партнерами по общению.
Тема 3. Эмоциональный интеллект как основа личной и профессиональной эффективности	<i>Лекция 2ч.</i>	Эмоции в системе ценностных ориентаций человека. Роль эмоций в осуществлении фундаментальных мотиваций (позиция экзистенциального анализа) Потребность в эмоциональном насыщении как основа внутренней мотивации, мотивации достижения. Роль эмоционального самосознания в достижении успеха при решении профессиональных и личностных задач.
	<i>Интерактивное занятие, 4ч.</i>	Практическая работа №2. Анализ эмоциональных состояний и их влияния на эффективность решения профессиональных задачи по отрывку видеозаписи урока.
Тема 4. Тренинг эмоционального самосознания	<i>Интерактивное занятие, 12 ч.</i>	Отработка навыков распознавания своих и чужих эмоций при взаимодействии с партнерами по общению. Отработка навыков осознания собственных успешных стратегий самомотивации. Отработка навыков вербализации эмоций. Метафорическое описание эмоций. Обозначение своих эмоций различными способами. Движения, рисунок, звуки – как инструмент для описания эмоционального состояния. Анализ специфики осознания и описания своих и чужих эмоций. Практическая работа №3. Отработка навыков передачи информации из различных эмоциональных состояний. Формирование способности

		воспринимать информацию, находясь в различных эмоциональных состояниях.
Тема 5. Управление отношениями. Технология подачи и получения обратной связи.	<i>Лекция 2ч.</i>	Эмоциональный интеллект как основа коммуникативной компетентности. Обратная связь как элемент выстраивания эмоционально благополучных и продуктивных отношений. Принципы, алгоритм подачи и получения обратной связи. Специфика и различия эмоциональных реакций при индивидуальном и групповом взаимодействии.
	<i>Интерактивное занятие, 4 ч.</i>	Социально - психологический тренинг. Практическая работа №4. Обратная связь как элемент эффективной коммуникации. Отработка навыков предоставления и принятия обратной связи. Отработка навыков принятия противоречивых решений, умения учитывать свои и чужие эмоции в процессе согласования и принятия решений.
Тема 6. Долгосрочные и краткосрочные стратегии управления эмоциями. Техники регуляции сильных эмоций.	<i>Лекция 1ч.</i>	Негативные эмоциональные состояния. Страх как основа отрицательных эмоций. Ключевые принципы и стратегии управления эмоциями. Обзор современных способов формирования стрессоустойчивости. Эмоциональная толерантность и эмпатия как показатели психологического здоровья и основа установления безоценочного эмоционального контакта с другими людьми. Способность быть естественным во взаимоотношениях с людьми.
	<i>Интерактивное занятие, 3 ч.</i>	Обучение основам личной психологической безопасности и саморегуляции эмоциональных состояний в

		профессиональной деятельности. Освоение техник работы с сильными эмоциями в педагогической практике. Практические приемы, упражнения на повышение фонового настроения и стрессоустойчивости. Практическая работа №5. Приемы уверенного реагирования и саморегуляции в сложных ситуациях профессионального взаимодействия.
Итоговая аттестация	Зачет, 2 ч.	Анализ успешности выполнения практических работ, совместное обсуждение итогов обучения по программе.
		Итоговое тестирование

### **Раздел 3. «Формы аттестации и оценочные материалы»**

Оценка качества освоения программы проводится по двум направлениям: проверка теоретических знаний и практических умений у обучающихся педагогов. Теоретические знания выявляются в ходе входного и итогового контроля в виде тестирования. Практические умения проверяются с помощью выполнения слушателями двух практических работ, а также в ходе итоговой аттестации

#### **Входной контроль**

Предусматривает проверку уровня готовности слушателей к прохождению курса по данной программе и проводится в форме тестирования. Тест включает 12 заданий, которые предъявляются в случайном порядке. Тест размещен на портале информационной поддержки <https://moodle.mioo.ru>

#### **Текущий контроль**

Осуществляется в ходе выполнения заданий практических работ №№ 1-5.

Практическая работа №1.

Распознавание базовых эмоций

#### **Требования к практической работе**

Распознавание базовых эмоций по стимульному материалу.

Правильно идентифицировано более 80% предъявленных эмоциональных состояний по стимульному материалу. Каждая эмоция предъявлена не менее 5 раз.

#### **Критерии оценивания**



выполнены все требования к практической работе.

Оценка – зачет/не зачет

Практическая работа №2.

Анализ эмоциональных состояний и их влияния на эффективность решения профессиональных задачи по отрывку видеозаписи урока.

**Требования к практической работе**

В контрольном листе обратной связи выделены эмоциональные состояния и установлены соответствующие связи с профессиональным поведением учителя.

Выполнено более 80% пунктов контрольного листа обратной связи.

**Критерии оценивания**

выполнены все требования к практической работе.

Оценка – зачет/не зачет

Практическая работа №3.

Восприятие и передача информации из различных эмоциональных состояний

**Требования к практической работе**

Взаимопроверка обучающимися эффективности передача информации из различных эмоциональных состояний по контрольному листу наблюдений.

Самоанализ способности воспринимать и передавать информацию, находясь в различных эмоциональных состояниях по контрольному листу наблюдений.

Выполнено более 80% критериев контрольного листа наблюдений.

**Критерии оценивания**

выполнены все требования к практической работе.

Оценка – зачет/не зачет

Практическая работа №4.

Обратная связь как элемент эффективной коммуникации

**Требования к практической работе**

Взаимопроверка обучающимися выполнения алгоритма подачи и получения обратной связи по контрольному листу наблюдений.

Самоанализ учета собственных эмоциональных состояний при выполнении алгоритма предоставления и принятия обратной связи по контрольному листу наблюдений.

Выполнено более 80% критериев контрольного листа наблюдений.

**Критерии оценивания**

выполнены все требования к практической работе.

Оценка – зачет/не зачет

Практическая работа №5.

Приемы уверенного реагирования и саморегуляции при сложных ситуациях профессионального взаимодействия.

**Требования к практической работе**



Взаимопроверка обучающимися эффективности использования приемов уверенного реагирования в сложных ситуациях профессионального взаимодействия по контрольному листу наблюдений.

Самоанализ учета собственных эмоциональных состояний при использовании приемов уверенного реагирования в сложных ситуациях профессионального взаимодействия по контрольному листу наблюдений.

Выполнено более 80% критериев контрольного листа наблюдений.

### **Критерии оценивания**

выполнены все требования к практической работе.

Оценка – зачет/не зачет

### **Итоговая аттестация:**

- Зачет

выставляется по совокупности выполненных практических работ №№ 1-5.

- Итоговое тестирование

Итоговый тест является аналогом входного теста, равнозначен ему по уровню сложности и охвату тематики. Тест включает 12 заданий, которые предъявляются в случайном порядке. Тест размещен на портале информационной поддержки <https://moodle.mioo.ru>

Итоговая аттестация пройдена, если результат итогового тестирования – 60 и более процентов выполнения заданий, зачет по совокупности выполненных практических работ выставлен.

## **Раздел 4. «Организационно-педагогические условия реализации программы»**

### **4.1. Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы.**

#### **Учебно-методическая литература**

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018.
2. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. – М.: Альпина Паблишер, 2018.
3. Лемберг Б. Эмоциональный интеллект: как разум общается с чувствами. – М.: Вектор, 2015.
4. Манфред Ф. Р. Кетс де Вриес Эффект лидерства. Развитие эмоционального интеллекта. - М.: Альпина Паблишер, 2018.
5. Стейн С., Бук Г. Преимущества EQ: Эмоциональный интеллект и ваши успехи. – М.: Баланс Бизнес Букс, 20017 г
6. Шабанов С., Алешина А. Эмоциональный интеллект. Российская практика. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018.

#### **4.2. Материально-технические условия реализации программы**

Компьютерное и мультимедийное оборудование на всех занятиях.