

**ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ  
«УНІВЕРСИТЕТ КОРОЛЯ ДАНИЛА»**



**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Ректор

Мирослав ЛУЦЬКИЙ

» листопада 2021 р.

**ПРОГРАМА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ**

педагогічних працівників та психологів  
на тему:

**«РОЗВИТОК SOFT SKILLS (М'ЯКИХ НАВИЧОК).  
ЕМОЦІЙНИЙ ТА СОЦІАЛЬНИЙ ІНТЕЛЕКТ»**



Розробник:

**ЛИСИШИН Мар'яна** – викладач англійської мови,  
спеціаліст вищої категорії, викладач-методист учасниця  
проєкту «Школа Емпатії»

*Контактна інформація:*

тел: +380958578840

e-mail: [maryana.lysyshyn@gmail.com](mailto:maryana.lysyshyn@gmail.com)

**м. Івано-Франківськ – 2021**

<b>НАЙМЕНУВАННЯ ПРОГРАМИ</b>	
<b>«Розвиток soft skills (м'яких навичок). Емоційний та соціальний інтелект»</b>	
<b>УНІКАЛЬНІСТЬ ПРОГРАМИ</b>	
<p>Програма, покликана сприяти розвитку емоційного інтелекту для підвищення професійної та особистої ефективності, підвищення стресостійкості та подолання негативних емоцій. Акцентується увага на найбільш ефективних методах профілактики стресу, способах ефективного управління власних емоцій, почуттів, емоційних станів та практичних інструментах для розвитку емоційного інтелекту, покращення якості комунікації, розуміння потреб інших людей та досягнення поставлених цілей.</p> <p>Програма дає можливість розвинути компетенції, які стосуються само соціальної та системної усвідомленості, навички побудови взаємин та досягнення осмисленої гнучкості в управлінні власними емоціями, розумінні значимість та вагомості емоційного інтелекту в складовій особистого успіху.</p>	
<b>МЕТА ПРОГРАМИ</b>	
<p>Поглибити знання та удосконалити навички використання Soft Skills, стійкості, системного мислення, вміння вести за собою та навчити будувати відносини засновані на турботі та піклуванні.</p>	
<b>ЗАВДАННЯ ПРОГРАМИ</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ комунікація, співпереживання собі й іншим, керування своїми емоціями, робота в команді, креативне і критичне мислення;</li> <li>✓ використання соціальних, ментальних, організаційних та особистісних навичок в освітньому процесі;</li> <li>✓ мовленнєва, цифрова, комунікаційна компетентність;</li> <li>✓ розвиток власних здібностей, самосвідомості, почуття емпатії, здатності до розуміння внутрішнього світу інших людей, комунікативних навичок та вміння вирішувати конфлікти, соціально значущих мотивів поведінки, когнітивної сфери;</li> <li>✓ формування прагнення педагога до самореалізації в соціально корисній діяльності;</li> <li>✓ зниження агресивності і антисоціальної поведінки;</li> <li>✓ підвищення впевненості в собі, розвиток почуття сприйняття, лідерських якостей і навичок міжособистісного спілкування</li> </ul>	
<b>МОВА ВИКЛАДАННЯ</b>	<b>українська</b>
<b>ОБСЯГ ПРОГРАМИ</b>	<b>30 год / 1 кредит ЄКТС</b>
<b>ФОРМА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ</b>	<b>Онлайн-навчання</b> проводиться на сайті <a href="https://skill.ukd.edu.ua/">https://skill.ukd.edu.ua/</a> . Вхід на платформу відбувається через самореєстрацію й підписку на відповідний курс.

	<p>Усі зареєстровані учасники отримають на електронні адреси від розробників курсу 27 листопада кодове слово для входу на курс.</p> <p>Усі заняття записуються (відеозапис доступний лише для зареєстрованих учасників).</p>			
<p><b>ЗМІСТ ПРОГРАМИ</b></p>	<p>Зміст програми</p>	<p>Загальний обсяг годин</p>	<p>Обсяг аудиторних годин</p>	<p>Обсяг самостійної роботи</p>
	<p><b>Модуль 1.</b>  <b>Що таке емоційний інтелект?</b> Групи емоцій. Емоції як ресурс. Емоції як інструмент.  <b>Емпатія.</b> Як розуміти власні почуття і потреби? Як розуміти почуття інших людей і навіщо?  Співпереживання собі й іншим .</p>	<p>10</p>	<p>6</p>	<p>4</p>
	<p><b>Модуль 2.</b>  <b>Управління емоціями</b>  Виховання стійкості .  Підсилення уваги і самоусвідомленості .  Емоційна гігієна.  <b>Управління емоціями</b>  Виховання стійкості .  Підсилення уваги і самоусвідомленості .  Емоційна гігієна.  <b>Цінності і мотивація</b>  Взаємозалежність (системне мислення).</p>	<p>10</p>	<p>6</p>	<p>4</p>
	<p><b>Модуль 3.</b>  <b>Дискусійна панель учасників</b>  Інструменти стійкості.  Стратегії «Миттєва допомога».  <b>Підбиття підсумків.</b></p>	<p>10</p>	<p>6</p>	<p>4</p>

	Вихідне анкетування Вправа «Три наступні кроки».			
	<b>Всього</b>	<b>30</b>	<b>18</b>	<b>12</b>
<b>ДОСЯГНУТІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ (КОМПЕТЕНТНОСТІ)</b>	<p><b>За час навчання слухачі</b></p> <p style="text-align: center;"><i>навчаться</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– розуміти поняття емоційного інтелекту та його складових;</li> <li>– розуміти базові емоції, а також їх відтінки;</li> <li>– пізнавати себе, свої почуття, потреби та цінності;</li> <li>– аналізували особистий стиль взаємодії з іншими;</li> </ul> <p style="text-align: center;"><i>удосконалять</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навички усвідомлення переживань інших людей;</li> <li>– вміння управляти емоціями.</li> </ul>			
<b>ФОРМИ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМИ</b>	онлайн-лекції / практичні заняття;			
	самостійна робота;			
	консультування (у разі потреби) через онлайн-зустріч з кожним учасником програми;			
	виконання творчого завдання.			
<b>ГРАФІК ПРОВЕДЕННЯ ТА ДОСТУП ДО НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ</b>	<p>Усі заняття проводитимуться онлайн згідно з розкладом. Відеозапис занять буде розміщено в навчальних матеріалах курсу, тому всі зареєстровані користувачі, які не були присутніми на занятті, матимуть змогу ознайомитися з ним упродовж доби і, якщо виникнуть питання, поставити їх автору курсу.</p> <p>Для технічної підтримки та комунікації між учасниками курсу буде створено окрему групу у Viber.</p>			
<b>МІСЦЕ ВИКОНАННЯ ПРОГРАМИ</b>	Заклад вищої освіти «Університет Короля Данила», вул. Є. Коновальця, 35			
<b>ДОКУМЕНТ ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ</b>	<b>Сертифікат</b> про підвищення кваліфікації із зазначенням обсягу годин – <b>30</b> годин ( <b>1</b> кредит ЄКТС)			