

Содержание программы профессиональной переподготовки «Эмоциональный интеллект и лидерство»

Программа профессиональной переподготовки «Эмоциональный интеллект и лидерство» состоит из 7 дисциплин:

Дисциплина 1. Природа эмоционального интеллекта

Дисциплина 2. Психология в эмоциональном интеллекте

Дисциплина 3. Эмоциональная грамотность

Дисциплина 4. Тренинг «Эмоциональный интеллект»

Дисциплина 5. Управление эмоциональным интеллектом

Дисциплина 6. Эмоциональное лидерство

Дисциплина 7. Развитие эмоционального интеллекта на уровне организаций

Рабочие программы дисциплины 1. «Природа эмоционального интеллекта»

Цель освоения дисциплины - совершенствование и получение новых знаний о составляющих эмоционального интеллекта и самосознании собственных эмоций.

Тема 1. Эмоциональный мозг

Зачем нужны эмоции. Когда эмоции берут вверх. Побуждение к действию. Два наших ума. Как развивался мозг.

Нейронная проводка для передачи всех сигналов. «Эмоциональный часовой». Специалист по эмоциональной памяти. Устаревшие нейронные сигнализаторы тревоги. Когда эмоции проворны и «безграмотны». Управляющий эмоциями. Согласование эмоций и мышления.

Тема 2. Составляющие эмоционального интеллекта

Эмоциональный интеллект и судьба. Другой вид интеллекта. Спок против Дейты: когда когнитивных способностей недостаточно. Могут ли эмоции быть разумными. IQ и эмоциональный интеллект: чистые типы. Эмоциональный спектр. Эмоции и чувства.

Тема 3. Эмоциональный интеллект руководителя: самодиагностика

Чувства в лидерстве. А вы руководитель с эмоциональным интеллектом. Ежедневное проявление эмоционального интеллекта. Тесты Холла, Д. Гоулмана, Шутте и др.

Тема 4. Самосознание собственных эмоций. Эмоциональный словарь

Нельзя управлять эмоциями, не осознавая их. Словарь для ваших эмоций. Вы уверены. Что уважаете сотрудников.

Дисциплина 2.

Наименование учебной дисциплины - «Психология в эмоциональном интеллекте»

Цель изучения дисциплины - совершенствование и получение новых знаний о личности, психической деятельности организма, а также психотерапии.

Тема 1. Типология личностей. Типы темперамента

Что такое личность. Зачем выделять типы личностей в психологии. 8 типологий личности Юнга. Типология Майерс-Бриггс. Типология Джона Холланда. Типология Шпрангера. Типология Нэнси Мак-Вильямс. Типология Абульхановой-Славской. Типология Шострома. Типология личности DISC. Популярные методы по определению типов личности в наше время.

Что такое темперамент. Как определить тип темперамента. Типы темперамента.

Тема 2. Психическая деятельность организма: как эмоции влияют на здоровье

Отравляющие эмоции: клинические данные. Когда гнев равносителен самоубийству. Стресс: несоразмерная и неуместная тревожность. Издержки депрессии с точки зрения медицины.

Положительные эмоции оздоравливают. Расплата за пессимизм и польза оптимизма. Терапевтическое значение взаимоотношений. Целительная сила эмоциональной поддержки. Включение эмоционального интеллекта в медицинское обслуживание.

Тема 3. Психотерапия как эмоциональный наставник. Психические травмы

Ужас, вмерзший в память. ПТРС как расстройство лимбической системы. Эмоциональное переучивание. Переучивание эмоционального мозга. Повторное эмоциональное обучение и излечение от психической травмы. Психотерапия.

Тема 4. Психологическая устойчивость

Что такое «эластичность» и что такое «твердость». Силы, которые мешают или помогают повышению устойчивости. Метапознание – познание познания. Почему вы переживаете все это. Новые встречи в медитации осознанности.

Всепоглощающая страсть. Дерево смысла: система взаимосвязанных целей. Отношения и укрепление устойчивости. Устойчивость: от человека к организации.

Дисциплина 3.

Наименование учебной дисциплины – «Эмоциональная грамотность»

Цель изучения дисциплины - совершенствование и получение новых знаний о собственных эмоциях и умении обучаться распределять их во времени, а также эмоциональным стратегиям переговоров.

Тема 1. Цена эмоциональной безграмотности

Эмоциональное нездоровье. Укрощение агрессивности. Школа для хулиганов. Как избежать депрессии. Цена современности: «эпидемия» депрессии. Как депрессия протекает у молодежи. Депрессивное мышление. Отравляющая депрессия. Расстройства пищевого поведения. Только одинокие: исключенные из школы. Обучение дружбе. Спиртное и наркотики: привыкание как самолечение. Больше никаких войн. Общей информации недостаточно. Действующие компоненты.

Тема 2. Обучение эмоциям

Урок сотрудничества. Спорный вопрос. Последующий анализ: несостоявшаяся драка. Тревоги дня. Азбука эмоционального интеллекта. Эмоциональная грамотность в старом городе. Страх. Замаскированная эмоциональная грамотность.

Тема 3. Ежедневное проявление эмоционального интеллекта

Как писать убедительные письма. Как проводить плодотворные встречи. Как давать жесткие отзывы. Как принимать разумные решения. Эмоциональные стратегии переговоров. На пересечении культур.

Тема 4. Эмоциональное расписание

Главное – правильно выбрать время. Эмоциональная грамотность как предупредительная мера. Новый взгляд на школьное образование: обучение жизнью, заботливые сообщества. Расширенная миссия школы. Меняет ли дело эмоциональная грамотность? Характер, мораль и искусство демократии. Колесо баланса.

Дисциплина 4.

Наименование учебной дисциплины – Тренинг «Эмоциональный интеллект»

Цель изучения дисциплины – развитие эмоционального интеллекта и понимания своей дуальности.

Тема 1. Арт-терапевтическая работа с телом

Структура тренинга. Требования к тренингу. Особенности организации и проведения тренинга. В первой части тренинга работаем по теме «тело». Рисуем и обсуждаем вопросы «тела».

Тема 2. Арт-терапевтическая работа с эмоциями

Особенности арт-терапии и тренинга. Во второй части тренинга мы работаем над своими чувствами и эмоциями на теле. Также выполняем упражнения и создаем рисунок.

В заключении следует групповое обсуждение результатов.

Дисциплина 5.

Наименование учебной дисциплины - «Управление эмоциональным интеллектом»

Цель изучения дисциплины – совершенствование и получение новых знаний в области управления эмоциональным интеллектом.

Тема 1. Неконструктивное поведение

Вспыльчивые и индифферентные. Бесчувственный мужчина. Полезно доверять интуиции. Проникновение в бессознательное. Анатомия ярости. Успокоение. Снижение тревоги.

Тема 2. Обретение эмоциональной основы

Внутренний руководящий принцип. Самоконтроль. Коллективное творчество. Декартовы вопросы.

Тема 3. «Окна возможностей»

«Включение души». Как вырастить хулигана. Жестокое обращение и угасание эмпатии. Возврат к психическим травмам. Нейрохимия и миндалевидное тело.

Тема 4. Восстановление после эмоционального срыва

Техники восстановления собственных ресурсов после эмоциональных событий.

Дисциплина 6.

Наименование учебной дисциплины - «Эмоциональное лидерство»

Цель изучения дисциплины – совершенствование и получение новых знаний о лидерстве, а также становление лидера с помощью применения эмоционального интеллекта.

Тема 1. Резонансное лидерство

Диссонирующий лидер. Разновидности диссонансов. Лидерство и строение мозга. Как взаимодействуют четыре основные области эмоционального интеллекта.

Тема 2. Нейроанатомия лидерства

Навыки эмоционального интеллекта: проводники эмоционального лидерства. Лидеры: новое поколение. Четыре измерения эмоционального интеллекта.

Главное испытание лидера: развитие самоконтроля. Социальная чуткость и «танго» лимбических систем. Управление отношениями.

Тема 3. Лидерский репертуар

Провидец-мечтатель: идеалистический стиль. Искусство беседы по душам: обучающий стиль. Строители отношений: товарищеский стиль. Давайте это обсудим: демократический стиль.

Тема 4. Становление лидера. Эмпатия

Становление резонансного лидера. Диссонансные стили. Рождение лидеров. Метаморфозы.

Что такое эмпатия? Больше чем эмпатия: сила сострадания.

Дисциплина 7.

Наименование учебной дисциплины - «Развитие эмоционального интеллекта на уровне организаций»

Цель изучения дисциплины - совершенствование и получение новых знаний о лидерстве, а также становление лидера с помощью применения эмоционального интеллекта.

Тема 1. Эмоциональные установки коллектива

Когда команда терпит неудачу: могущество норм. Максимизация эмоционального интеллекта группы. Выявление эмоциональных установок коллектива. Постигание эмоционального интеллекта коллектива.

Тема 2. Отношения с трудными людьми

Как сделать врагов союзниками. Как взаимодействовать с пассивно-агрессивными коллегами. Что делать, если вы токсичный помощник.

Тема 3. Управление эмоциональной культурой

Как помочь в развитии эмоционального интеллекта. Что делать с эмоциональными вспышками в команде. Как управлять эмоциональной культурой.

Сотрудничество, команды и групповой коэффициент умственного развития.

Тема 4. Закрепление организационных изменений

Когда повышение квалификации обречено на провал. Залог успеха – в процессе преобразований, а не в еще одной обучающей программе. Деятельное обучение. Вперед к гармонии на работе и в личной жизни. Новый взгляд на совершенство.

Разработка стратегии изменений.