

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего  
образования «Национальный исследовательский университет «Московский  
институт электронной техники»



УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УР

И.Г. Игнатова

2021

**ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«УПРАВЛЕНИЕ РЕСУРСНОСТЬЮ. ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ  
ИНДИВИДУАЛЬНОГО ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО КАПИТАЛА»**

Москва - 2021

## 1. Цель реализации программы

Цель программы – нарастить составляющие индивидуального человеческого капитал (ИЧК) слушателя, повысить его конкурентоспособность на рынке труда, снизить зависимость от работодателя, повысить удовлетворённость качеством жизни.

## 2. Требования к результатам обучения

Формируемая профессиональная компетенция – способность эффективно развивать и управлять своим индивидуальным человеческим капиталом, увеличивать капитал здоровья, интеллектуальный капитал, организационно-предпринимательский и культурно-нравственный капитал, реализовывать себя на рынке труда.

В результате освоения данной программы слушатель должен:

**знать:** теоретические подходы и методы развития элементов индивидуального человеческого капитала

**уметь:** управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию развития индивидуального человеческого капитала на основе принципов образования в течении всей жизни

**иметь практический опыт:** управления составляющими индивидуального человеческого капитала, постановки собственных целей развития и выбора оптимальных способов их достижения

### 3. Содержание программы

**Учебный план**  
**программы повышения квалификации**  
**«Управление ресурсностью. Формирование и развитие индивидуального**  
**человеческого капитала»**

Категория слушателей – специалисты и руководители разных сфер деятельности, имеющие высшее образование.

Срок обучения – 36 часов

Формы обучения – очная, очно-заочная, с применением дистанционных образовательных технологий.

№ п/п	Наименование разделов / модулей	Всего, час	В том числе			Образова- тельные технологии, в том числе ЭО и (или) ДОТ Заполнить
			Аудиторных		Самостоя- тельная работа	
			Лекции	Практи- ческие и лаборат- орные занятия		
1.	Модуль 1. Управление ресурсностью	8	2	2	4	Очные лекции/ Вебинары/ Записи лекций
2.	Модуль 2. Формирование и развитие индивидуального человеческого капитала	26	6	6	14	Очные лекции/ Вебинары/ Записи лекций
	Консультации	-	-	-	-	-
	Всего	36	8	8	18	
Итоговая аттестация (тестирование)		2 часа				

**Учебно-тематический план  
программы повышения квалификации  
«Управление ресурсностью. Формирование и развитие индивидуального  
человеческого капитала»**

№ п/п	Наименование тем разделов / модулей	Всего, час	В том числе			Образова- тельные технологии, в том числе ЭО и (или) ДОТ
			Аудиторных		Самос- тоятел- ьная работа	
			Лекции	Практичес- кие и лаборатор- ные занятия		
1.	<b>Управление ресурсностью</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	
1.1	Ресурсность как результат удовлетворения потребностей. Восемь общечеловеческих ценностей по Ст. Кови	4	1	1	2	Очная лекция/ Вебинар/ Запись лекции
1.2	Энергетический потенциал человека. Принцип батарейки. Критерии возможности изменений	4	1	1	2	Очная лекция/ Вебинар/ Запись лекции
2	<b>Формирование и развитие индивидуального человеческого капитала</b>	<b>26</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	
2.1	Индивидуальный человеческий капитал и его элементы. Развитие культурно-нравственного капитала и капитала здоровья	8	2	2	4	Очная лекция/ Вебинар/ Запись лекции
2.2	Интеллектуальный капитал. Технологии развития эмоционального и витального интеллекта	8	2	2	4	Очная лекция/ Вебинар/ Запись лекции

2.3	Организационный и предпринимательский капитал. Феноменология лидерства. Шесть стратегий построения отношений между людьми	10	2	2	6	Очная лекция/ Вебинар/ Запись лекции
	Консультации	-	-	-	-	-
	Всего	36	8	8	18	
Итоговая аттестация (тестирование)		2 часа				

### **Календарный учебный график**

Календарный учебный график составляется в форме расписания занятий при наборе группы и прилагается к программе повышения квалификации.

### **Учебная программа повышения квалификации «Управление ресурсностью. Формирование и развитие индивидуального человеческого капитала»**

#### **Раздел 1. Управление ресурсностью (8 часов).**

Тема 1.1. Ресурсность как результат удовлетворения потребностей. Пирамида Маслоу. Восемь общечеловеческих ценностей по Ст.Кови (4 часа)

Понятие ресурсности человека. Зависимость ресурсности человека от степени удовлетворённости основных человеческих потребностей. Связь потребностей и ценностей. Роль самого человека в реализации личностных ценностей

Тема 1.2. Энергетический потенциал человека. Принцип батарейки. Критерии возможности изменений (4 часа).

Количество энергии, необходимое для изменений. Признаки выгорания и наполненности. Технологии восстановления и пополнения внутренней энергии

## Перечень практических занятий

Номер темы	Наименование практического занятия	Кол-во часов
1.1	Тренинг. Повышение ресурсности. Выявление дефицитов удовлетворённости потребностей. Самооценивание. Постановка задач	1
1.2	Тренинг. Измерение энергетического состояния. Анализ динамики энергетического состояния. Определение желаемого уровня. Самооценивание	1
	Всего:	2

### Раздел 2. Формирование и развитие индивидуального человеческого капитала (26 часов).

Тема 2.1. Индивидуальный человеческий капитал и его элементы. Развитие культурно-нравственного капитала и капитала здоровья. (8 часов)

Понятие индивидуального человеческого капитала, его элементы. Особенности формирования и реализации ЧК на всём протяжении жизни. Нейрофизиологические исследования о правде, лжи и совести человека. Самооценивание ИЧК. Роль «детектора ошибок» в процессе формирования и оценки индивидуального человеческого капитала.

Тема 2.2. Интеллектуальный капитал. Технологии развития эмоционального и витального интеллекта. (8 часов).

Интеллектуальный капитал и его составляющие. Технологии формирования и развития эмоционального интеллекта. Осознание и номинализация чувств. Связь витального интеллекта с энергией либидо, кундалини и ци. Взаимосвязь используемых в коммуникациях уровней общения и витальности.

Тема 2.3. Организационный и предпринимательский капитал. Феноменология лидерства. Шесть стратегий построения отношений между людьми (10 часов).

Выявление индивидуальных стратегий лидерства. Лидерство, основанное на принципах. Оптимизация построения отношений между людьми. Формирование навыка активности и инициативности.

## Перечень практических занятий

Номер темы	Наименование практического занятия	Кол-во часов
2.1	Тренинг. Индивидуальный человеческий капитал и его элементы. Работа с внутренним диалогом. Осознание эмоций. Дыхательные техники	2
2.2	Тренинг. Интеллектуальный капитал. Т Освоение технологии развития эмоционального интеллекта. Составление карты эмоций. Развитие витального интеллекта методом укрепления Свободного Ребёнка.	2
2.3	Тренинг. Организационный и предпринимательский капитал.	2
	Всего:	6

### 4. Материально-технические условия реализации программы

Наименование специализированных аудиторий кабинетов, лабораторий	Вид занятия	Наименование оборудования, программного обеспечения
Мультимедийная аудитория	Лекции, Практические занятия	Оборудование: компьютер, мультимедийный проектор, доска ПО: Microsoft Power Point, Word; Adobe Reader

### 5. Учебно-методическое обеспечение программы

#### Литература

1. Кови, Стивен Р. Семь навыков высокоэффективных людей [Текст] : мощные инструменты развития личности / Стивен Р. Кови ; перевод с английского [О. Кириченко]. - 12-е изд., доп. - Москва : Альпина Паблишер, 2017. - 390, [5] с. : ил., табл.; 24 см.; ISBN 978-5-9614-5955-5
2. Кови, Стивен Р. Лидерство, основанное на принципах / Стивен Кови ; пер. с англ. [П. Самсонов]. - Москва : Альпина Бизнес Букс, 2018. - 300 с. : ил., табл.; 23 см. - (Библиотека МТИ); ISBN 978-5-9614-0671-9
3. Кроль, Леонид. Эмоциональный интеллект лидера : / Леонид Кроль. - Москва: Альпина Паблишер, 2019. - 218 с.; 22 см.; ISBN 978-5-9614-2596-3
4. Розин, Марк. Как спасти или погубить компанию за один день [Текст] : технологии глубинной фасилитации для бизнеса : / Марк Розин. - Москва :

4. Розин, Марк. Как спасти или погубить компанию за один день [Текст] : технологии глубинной фасилитации для бизнеса : / Марк Розин. - Москва : Альпина Паблишер, 2018. - 186, [1] с. : ил., табл.; 22 см.; ISBN 978-5-9614-0808-9
5. Введение в профессию "психолог" [Текст] : учебное пособие / И. В. Вачков, И. Б. Гриншпун, Н. С. Пряжников ; под ред. И. Б. Гриншпуна ; Российская акад. образования, Московский психолого-социальный ун-т. - 6-е изд., перераб. и доп. - Москва : Изд-во Московского психолого-социального ун-та ; Воронеж : МОДЭК, 2015. - 520 с. : ил., табл.; 21 см. - (Серия "Библиотека психолога").; ISBN 978-5-9770-0838-9
6. Шмидт Р. Искусство общения. Издательство "Дашков и К" М. 2002г. - 59с.
7. Мюллер, Хорст. Составление ментальных карт : метод генерации и структурирования идей / Хорст Мюллер ; [пер. с нем. В. В. Мартыновой, М. М. Дрёмина]. - Москва : Изд-во Омега-Л, 2007. - 128 с. : ил.; 16 см. - (Taschen guide. Просто! Практично!); ISBN 5-370-00022-0

## 6. Оценка качества освоения программы

В ходе освоения программы преподавателем проводится текущий контроль выполнения практико-ориентированных заданий посредством опроса.

Итоговая аттестация осуществляется в форме итогового тестирования.

Слушатель считается аттестованным, если результаты тестирования свидетельствуют о наличии 50% и более правильных ответов, и все задания текущего контроля успешно выполнены.

## 7. Составители программы

Доцент кафедры МиУП, к.э.н.



/ Т.А.Федотова/

Ст. преподаватель кафедры МиУП



/ О.В.Саркисян/

**Согласовано:**

Заведующий кафедрой МиУП



/С.П. Олейник/

Директор ДРОП



/Н.Ю. Соколова/