**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования**

«ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СИСТЕМ
УПРАВЛЕНИЯ И РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ»
(ТУСУР)

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УР
_____Сенченко П.В.
«22» _____02_____ 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

# ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ СОЗНАНИЕМ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫМ ИНТЕЛЛЕКТОМ

Уровень образования: **высшее образование - бакалавриат**
Направление подготовки / специальность: **39.03.03 Организация работы с молодежью**
Направленность (профиль) / специализация: **Современные технологии в организации работы с молодежью**
Форма обучения: **заочная**
Факультет: **Заочный и вечерний факультет (ЗиВФ)**
Кафедра: **Кафедра философии и социологии (ФС)**
Курс: **2**
Семестр: **3, 4**
Учебный план набора 2023 года

Объем дисциплины и виды учебной деятельности

| Виды учебной деятельности | 3 семестр | 4 семестр | Всего | Единицы |
|---|---|---|---|---|
| Лекционные занятия | 4 | 2 | 6 | часов |
| Практические занятия | 6 | 4 | 10 | часов |
| Самостоятельная работа | 98 | 60 | 158 | часов |
| Контрольные работы | | 2 | 2 | часов |
| Подготовка и сдача зачета | | 4 | 4 | часов |
| Общая трудоемкость (включая промежуточную аттестацию) | 108 | 72 | 180 | часов |
| | | | 5 | з.е. |

| Формы промежуточной аттестация | Семестр | Количество |
|---|---|---|
| Зачет | 4 | |
| Контрольные работы | 4 | 1 |

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сенченко П.В.
Должность: Проректор по УР
Дата подписания: 22.02.2023
Уникальный программный ключ:
a1119608-cdff-4455-b54e-5235117c185c

Томск

Согласована на портале № 71612

## 1. Общие положения

### 1.1. Цели дисциплины

1. Формирование навыка управления эмоциями, формирование осознанного отношения к переживаемым эмоциям.

### 1.2. Задачи дисциплины

1. Создание целостного представления о процессах и явлениях в происходящих в психике человека.
2. Знакомство с психологическими концепциями, позволяющим дать общее целостное представление о психике человека, ее структуре и механизмах работы.
3. Выявление возможностей современных методов работы с эмоциями.
4. Формирование культуры эмоциональных проявлений, осмысление современных этико-эстетических установок, регулирующих отношения человека к человеку, человека к обществу и человека к окружающей среде.
5. Овладение умениями и навыками работы с эмоциями, самоконтроль и саморазвитие.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Блок дисциплин: Б1. Дисциплины (модули).
Часть блока дисциплин: Обязательная часть.
Модуль дисциплин: Модуль направления подготовки (special hard skills – SHS).
Индекс дисциплины: Б1.О.03.03.
Реализуется с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной образовательной программой (таблица 3.1):
Таблица 3.1 – Компетенции и индикаторы их достижения

| Компетенция | Индикаторы достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине |
|---|---|---|
| **Универсальные компетенции** | | |

Согласована на портале № 71612

| | | |
|---|---|---|
| УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | УК-6.1. Знает основные приемы и принципы эффективного управления собственным временем, основные методики самоконтроля, саморазвития и самообучения; принципы непрерывного образования / принципы образования в течение всей жизни | Знать методы работы по написанию научных статей, эссе. Знать принципы отбора научной литературы и систематизации научных идей. |
| | УК-6.2. Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время, использовать современные методы и цифровые инструменты тайм-менеджмента для повышения личной эффективности в процессе обучения и профессионального развития | Умеет формулировать личностное отношение к изучаемому материалу, позволяет эффективно работать с системой современных и личных ценностей, выстраивать приоритеты в выборе пути развития как личностного, так и профессионального. |
| | УК-6.3. Владеет навыками самодиагностики и рефлексии для корректировки траектории саморазвития и повышения эффективности достижения поставленных перед собой целей и задач; понимает значимость образования в течение всей жизни | Владеет навыками рефлексии, позволяющей объективно оценивать возможности и методы выбранных путей для максимально быстрого решения задач. Осознавать значимость и роль собственной деятельности по отношению к обществу. |
| **Общепрофессиональные компетенции** | | |
| - | - | - |
| **Профессиональные компетенции** | | |
| - | - | - |

**4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц, 180 академических часов.

Распределение трудоемкости дисциплины по видам учебной деятельности представлено в таблице 4.1.

Таблица 4.1 – Трудоемкость дисциплины по видам учебной деятельности

| Виды учебной деятельности | Всего часов | Семестры | |
|---|---|---|---|
| | | 3 семестр | 4 семестр |
| **Контактная аудиторная работа обучающихся с преподавателем, всего** | 18 | 10 | 8 |
| Лекционные занятия | 6 | 4 | 2 |
| Практические занятия | 10 | 6 | 4 |
| Контрольные работы | 2 | | 2 |

Согласована на портале № 71612

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Самостоятельная работа обучающихся, в т.ч. контактная внеаудиторная работа обучающихся с преподавателем, всего** | 158 | 98 | 60 |
| Подготовка к дискуссии | 60 | 60 | |
| Подготовка к тестированию | 58 | 38 | 20 |
| Подготовка к зачету | 20 | | 20 |
| Подготовка к контрольной работе | 20 | | 20 |
| **Подготовка и сдача зачета** | 4 | | 4 |
| **Общая трудоемкость (в часах)** | 180 | 108 | 72 |
| **Общая трудоемкость (в з.е.)** | 5 | 3 | 2 |

## 5. Структура и содержание дисциплины

### 5.1. Разделы (темы) дисциплины и виды учебной деятельности

Структура дисциплины по разделам (темам) и видам учебной деятельности приведена в таблице 5.1.

Таблица 5.1 – Разделы (темы) дисциплины и виды учебной деятельности

| Названия разделов (тем) дисциплины | Лек. зан., ч | Прак. зан., ч | Сам. раб., ч | Всего часов (без зачета) | Формируемые компетенции |
|---|---|---|---|---|---|
| **3 семестр** | | | | | |
| 1 Эмоциональный интеллект | 1 | 1 | 40 | 42 | УК-6 |
| 2 Роль эмоций в жизни человека | 1 | 2 | 35 | 38 | УК-6 |
| 3 Эмоции и личность | 2 | 3 | 23 | 28 | УК-6 |
| Итого за семестр | 4 | 6 | 98 | 108 | |
| **4 семестр** | | | | | |
| 4 Управление эмоциями | 1 | 2 | 30 | 35 | УК-6 |
| 5 Проблема интерсубъективности и одиночества. Сверхидея - смысл жизни. Суицид. Положительные и отрицательные эмоции | 1 | 2 | 30 | 33 | УК-6 |
| Итого за семестр | 2 | 4 | 60 | 66 | |
| Итого | 6 | 10 | 158 | 174 | |

### 5.2. Содержание разделов (тем) дисциплины

Содержание разделов (тем) дисциплины (в т.ч. по лекциям) приведено в таблице 5.2.

Таблица 5.2 – Содержание разделов (тем) дисциплины (в т.ч. по лекциям)

| Названия разделов (тем) дисциплины | Содержание разделов (тем) дисциплины (в т.ч. по лекциям) | Трудоемкость (лекционные занятия), ч | Формируемые компетенции |
|---|---|---|---|
| **3 семестр** | | | |
| 1 Эмоциональный интеллект | Определение понятий "Чувства", "Эмоции". Виды эмоций (настроение, состояние, аффект, апатия). Смешанные эмоции особенности проявлений. Оценочная функция эмоций: ожидание и прогнозирование. | 1 | УК-6 |
| | Итого | 1 | |

Согласована на портале № 71612

| | | | |
|---|---|---|---|
| 2 Роль эмоций в жизни человека | Управляющая роль эмоций. Функции и механизмы проявления эмоций: защитная, компенсаторная, сигнальная | 1 | УК-6 |
| | Итого | 1 | |
| 3 Эмоции и личность | Самооценка и самоотчет. Концепции Г.Н. Ланге, У. Джеймса, У. Кеннона, Симонова П.В., Рубеншейна С.Л. Эстетические чувства и их проявления. | 2 | УК-6 |
| | Итого | 2 | |
| Итого за семестр | | 4 | |
| **4 семестр** | | | |
| 4 Управление эмоциями | Эмоциональное напряжение и его последствия. Механизмы снижения эмоционального напряжения. Способы эмоциональной саморегуляци. Развитие эмоционального интеллекта. Система диагностики эмоционального интеллекта (самоуважение, сочувствие и ответственность, приспособляемость, управление стрессом, общее настроение). Основные навыки эмоционального интеллекта. Профессиональное выгорание. Симптомы и средства профилактики профессионального выгорания. | 1 | УК-6 |
| | Итого | 1 | |
| 5 Проблема интерсубъективности и одиночества. Сверхидея - смысл жизни. Суицид. Положительные и отрицательные эмоции | Воспитание эмоций. Виды отрицательных и положительных эмоций. Теория лжи П. Экмана. Язык телодвижений А. Пиза. Своеобразие эмоциональных проявлений: потребность, мотив, стремление, намерение. Стенические и астенические чувства. Осознание собственной телесности как выражение внешнего принципа внутреннего переживания себя. Проблема отчуждения себя от собственной телесности. Онтология одиночества и его формы. Деконструктивная сила одиночества и его позитивные аспекты. Реконструкция ментальных слоев сознания. Суицид как крайняя форма проявления одиночества | 1 | УК-6 |
| | Итого | 1 | |
| Итого за семестр | | 2 | |
| Итого | | 6 | |

### 5.3. Контрольные работы

Виды контрольных работ и часы на контрольные работы приведены в таблице 5.3.
Таблица 5.3 – Контрольные работы

Согласована на портале № 71612

| № п.п. | Виды контрольных работ | Трудоемкость, ч | Формируемые компетенции |
|---|---|---|---|
| **4 семестр** | | | |
| 1 | Контрольная работа | 2 | УК-6 |
| Итого за семестр | | 2 | |
| Итого | | 2 | |

### 5.4. Лабораторные занятия

Не предусмотрено учебным планом

### 5.5. Практические занятия (семинары)

Наименование практических занятий (семинаров) приведено в таблице 5.5.
Таблица 5.5. – Наименование практических занятий (семинаров)

| Названия разделов (тем) дисциплины | Наименование практических занятий (семинаров) | Трудоемкость, ч | Формируемые компетенции |
|---|---|---|---|
| **3 семестр** | | | |
| 1 Эмоциональный интеллект | Физические и психические проявления эмоций. Эмоция как процесс проживания события. Филогенетические переживания. Эмоциональный тон. | 1 | УК-6 |
| | Итого | 1 | |
| 2 Роль эмоций в жизни человека | 1Эмоции как источник отношения. Эмоциональная мотивация и целеполагание. Дистанцирование и апатия. Метапозиция. | 2 | УК-6 |
| | Итого | 2 | |
| 3 Эмоции и личность | Простые и сложносоставные эмоции. Эмоциональные выражения как проявления чувств. Структура эмоциональных проявлений. | 3 | УК-6 |
| | Итого | 3 | |
| | Итого за семестр | 6 | |
| **4 семестр** | | | |
| 4 Управление эмоциями | Эмоциональное напряжение и его последствия. Механизмы снижения эмоционального напряжения. Способы эмоциональной саморегуляци. Развитие эмоционального интеллекта. Система диагностики эмоционального интеллекта (самоуважение, сочувствие и ответственность, приспособляемость, управление стрессом, общее настроение). Основные навыки эмоционального интеллекта. Профессиональное выгорание. Симптомы и средства профилактики профессионального выгорания. | 2 | УК-6 |
| | Итого | 2 | |

Согласована на портале № 71612

| | | | |
|---|---|---|---|
| 5 Проблема интерсубъективности и одиночества. Сверхидея - смысл жизни. Суицид. Положительные и отрицательные эмоции | 4 Проблема интерсубъективности и одиночества. Сверхидея - смысл жизни. Суицид. Положительные и отрицательные эмоции | 2 | УК-6 |
| | Итого | 2 | |
| Итого за семестр | | 4 | |
| Итого | | 10 | |

### 5.6. Курсовой проект / курсовая работа

Не предусмотрено учебным планом

### 5.7. Самостоятельная работа

Виды самостоятельной работы, трудоемкость и формируемые компетенции представлены в таблице 5.7.

Таблица 5.7. – Виды самостоятельной работы, трудоемкость и формируемые компетенции

| Названия разделов (тем) дисциплины | Виды самостоятельной работы | Трудоемкость, ч | Формируемые компетенции | Формы контроля |
|---|---|---|---|---|
| **3 семестр** | | | | |
| 1 Эмоциональный интеллект | Подготовка к дискуссии | 20 | УК-6 | Дискуссия |
| | Подготовка к тестированию | 20 | УК-6 | Тестирование |
| | Итого | 40 | | |
| 2 Роль эмоций в жизни человека | Подготовка к дискуссии | 20 | УК-6 | Дискуссия |
| | Подготовка к тестированию | 15 | УК-6 | Тестирование |
| | Итого | 35 | | |
| 3 Эмоции и личность | Подготовка к дискуссии | 20 | УК-6 | Дискуссия |
| | Подготовка к тестированию | 3 | УК-6 | Тестирование |
| | Итого | 23 | | |
| Итого за семестр | | 98 | | |
| **4 семестр** | | | | |
| 4 Управление эмоциями | Подготовка к зачету | 10 | УК-6 | Зачёт |
| | Подготовка к контрольной работе | 10 | УК-6 | Контрольная работа |
| | Подготовка к тестированию | 10 | УК-6 | Тестирование |
| | Итого | 30 | | |
| 5 Проблема интерсубъективности и одиночества. Сверхидея - смысл жизни. Суицид. Положительные и отрицательные эмоции | Подготовка к зачету | 10 | УК-6 | Зачёт |
| | Подготовка к контрольной работе | 10 | УК-6 | Контрольная работа |
| | Подготовка к тестированию | 10 | УК-6 | Тестирование |
| | Итого | 30 | | |

Согласована на портале № 71612

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Итого за семестр | | 60 | | |
| | Подготовка и сдача зачета | 4 | | Зачет |
| Итого | | 162 | | |

### 5.8. Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов учебной деятельности

Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов учебной деятельности представлено в таблице 5.8.

Таблица 5.8 – Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов занятий

| Формируемые компетенции | Виды учебной деятельности | | | Формы контроля |
|---|---|---|---|---|
| | Лек. зан. | Прак. зан. | Сам. раб. | |
| УК-6 | + | + | + | Дискуссия, Зачёт, Контрольная работа, Тестирование |

## 6. Рейтинговая система для оценки успеваемости обучающихся

Рейтинговая система не используется

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 7.1. Основная литература

1. Психология понимания в сказкотерапии : учебное пособие для вузов / В. А. Зобков. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 154 с. [Электронный ресурс]: — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/496603.

### 7.2. Дополнительная литература

1. Психология: Учебное пособие / М. П. Шульмин - 2016. 266 с. [Электронный ресурс]: — Режим доступа: https://edu.tusur.ru/publications/6008.

2. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект и эмоциональная креативность: специфика и взаимодействие : монография / И. Н. Андреева. — Новополоцк : ПГУ, 2020. — 356 с [Электронный ресурс]: — Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/167061.

### 7.3. Учебно-методические пособия

#### 7.3.1. Обязательные учебно-методические пособия

1. Психология: Учебное пособие / Л. В. Смольникова - 2016. 337 с. [Электронный ресурс]: — Режим доступа: https://edu.tusur.ru/publications/6417.

#### 7.3.2. Учебно-методические пособия для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Учебно-методические материалы для самостоятельной и аудиторной работы обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации.

**Для лиц с нарушениями зрения:**

– в форме электронного документа;

– в печатной форме увеличенным шрифтом.

**Для лиц с нарушениями слуха:**

– в форме электронного документа;

– в печатной форме.

**Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:**

– в форме электронного документа;

– в печатной форме.

### 7.4. Современные профессиональные базы данных

Согласована на портале № 71612

**и информационные справочные системы**

1. При изучении дисциплины рекомендуется обращаться к современным базам данных, информационно-справочным и поисковым системам, к которым у ТУСУРа открыт доступ: https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh.

## 8. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

### 8.1. Материально-техническое и программное обеспечение для лекционных занятий

Для проведения занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используется учебная аудитория с достаточным количеством посадочных мест для учебной группы, оборудованная доской и стандартной учебной мебелью. Имеются мультимедийное оборудование и учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации по лекционным разделам дисциплины.

### 8.2. Материально-техническое и программное обеспечение для практических занятий

Учебная аудитория: учебная аудитория для проведения занятий практического типа, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, помещение для проведения групповых и индивидуальных консультаций, помещение для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации; 634045, Томская область, г. Томск, ул. Красноармейская, д. 146, 303 ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Интерактивная панель;
- Камера;
- Микрофон;
- Тумба для докладчика;
- Магнитно-маркерная доска;
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение:

- Google Chrome;

### 8.3. Материально-техническое и программное обеспечение для самостоятельной работы

Для самостоятельной работы используются учебные аудитории (компьютерные классы), расположенные по адресам:

- 634050, Томская область, г. Томск, Ленина проспект, д. 40, 233 ауд.;
- 634045, Томская область, г. Томск, ул. Красноармейская, д. 146, 209 ауд.;
- 634034, Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, 126 ауд.;
- 634034, Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 74, 207 ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- учебная мебель;
- компьютеры;
- компьютеры подключены к сети «Интернет» и обеспечивают доступ в электронную информационно-образовательную среду ТУСУРа.

Перечень программного обеспечения:

- Microsoft Windows;
- OpenOffice;
- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows;
- 7-Zip;
- Google Chrome.

### 8.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Освоение дисциплины лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения.

При занятиях с обучающимися с **нарушениями слуха** предусмотрено использование звукоусиливающей аппаратуры, мультимедийных средств и других технических средств

Согласована на портале № 71612

приема/передачи учебной информации в доступных формах, мобильной системы преподавания для обучающихся с инвалидностью, портативной индукционной системы. Учебная аудитория, в которой занимаются обучающиеся с нарушением слуха, оборудована компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

При занятиях с обучающимися с **нарушениями зрения** предусмотрено использование в лекционных и учебных аудиториях возможности просмотра удаленных объектов (например, текста на доске или слайда на экране) при помощи видеоувеличителей для комфортного просмотра.

При занятиях с обучающимися с **нарушениями опорно-двигательного аппарата** используются альтернативные устройства ввода информации и другие технические средства приема/передачи учебной информации в доступных формах, мобильной системы обучения для людей с инвалидностью.

## 9. Оценочные материалы и методические рекомендации по организации изучения дисциплины

### 9.1. Содержание оценочных материалов для текущего контроля и промежуточной аттестации

Для оценки степени сформированности и уровня освоения закрепленных за дисциплиной компетенций используются оценочные материалы, представленные в таблице 9.1.

Таблица 9.1 – Формы контроля и оценочные материалы

| Названия разделов (тем) дисциплины | Формируемые компетенции | Формы контроля | Оценочные материалы (ОМ) |
|---|---|---|---|
| 1 Эмоциональный интеллект | УК-6 | Тестирование | Примерный перечень тестовых заданий |
| | | Дискуссия | Примерный перечень тем для дискуссий |
| 2 Роль эмоций в жизни человека | УК-6 | Тестирование | Примерный перечень тестовых заданий |
| | | Дискуссия | Примерный перечень тем для дискуссий |
| 3 Эмоции и личность | УК-6 | Тестирование | Примерный перечень тестовых заданий |
| | | Дискуссия | Примерный перечень тем для дискуссий |
| 4 Управление эмоциями | УК-6 | Зачёт | Перечень вопросов для зачета |
| | | Контрольная работа | Примерный перечень вариантов (заданий) контрольных работ |
| | | Тестирование | Примерный перечень тестовых заданий |
| 5 Проблема интерсубъективности и одиночества. Сверхидея - смысл жизни. Суицид. Положительные и отрицательные эмоции | УК-6 | Зачёт | Перечень вопросов для зачета |
| | | Контрольная работа | Примерный перечень вариантов (заданий) контрольных работ |
| | | Тестирование | Примерный перечень тестовых заданий |

Шкала оценки сформированности отдельных планируемых результатов обучения по дисциплине приведена в таблице 9.2.

Согласована на портале № 71612

Таблица 9.2 – Шкала оценки сформированности планируемых результатов обучения по дисциплине

| Оценка | Баллы за ОМ | Формулировка требований к степени сформированности планируемых результатов обучения | | |
|---|---|---|---|---|
| | | знать | уметь | владеть |
| 2 (неудовлетворительно) | < 60% от максимальной суммы баллов | отсутствие знаний или фрагментарные знания | отсутствие умений или частично освоенное умение | отсутствие навыков или фрагментарные применение навыков |
| 3 (удовлетворительно) | от 60% до 69% от максимальной суммы баллов | общие, но не структурированные знания | в целом успешно, но не систематически осуществляемое умение | в целом успешное, но не систематическое применение навыков |
| 4 (хорошо) | от 70% до 89% от максимальной суммы баллов | сформированные, но содержащие отдельные проблемы знания | в целом успешное, но содержащие отдельные пробелы умение | в целом успешное, но содержащие отдельные пробелы применение навыков |
| 5 (отлично) | ≥ 90% от максимальной суммы баллов | сформированные систематические знания | сформированное умение | успешное и систематическое применение навыков |

Шкала комплексной оценки сформированности компетенций приведена в таблице 9.3.

Таблица 9.3 – Шкала комплексной оценки сформированности компетенций

| Оценка | Формулировка требований к степени компетенции |
|---|---|
| 2 (неудовлетворительно) | Не имеет необходимых представлений о проверяемом материале<br>или<br>Знать на уровне **ориентирования**, представлений. Обучающийся знает основные признаки или термины изучаемого элемента содержания, их отнесенность к определенной науке, отрасли или объектам, узнает в текстах, изображениях или схемах и знает, к каким источникам нужно обращаться для более детального его усвоения. |
| 3 (удовлетворительно) | Знать и уметь на **репродуктивном** уровне. Обучающихся знает изученный элемент содержания репродуктивно: произвольно воспроизводит свои знания устно, письменно или в демонстрируемых действиях. |
| 4 (хорошо) | Знать, уметь, владеть на **аналитическом** уровне. Зная на репродуктивном уровне, указывать на особенности и взаимосвязи изученных объектов, на их достоинства, ограничения, историю и перспективы развития и особенности для разных объектов усвоения. |
| 5 (отлично) | Знать, уметь, владеть на **системном** уровне. Обучающийся знает изученный элемент содержания системно, произвольно и доказательно воспроизводит свои знания устно, письменно или в демонстрируемых действиях, учитывая и указывая связи и зависимости между этим элементом и другими элементами содержания дисциплины, его значимость в содержании дисциплины. |

Согласована на портале № 71612

### 9.1.1. Примерный перечень тестовых заданий

1. Понятие невротической личности разрабатывалось в …1. персонализме; 2. психоанализе; 3. антропологии; 4. неврологии;
2. Активность избирательность являются свойствами…1. подсознания; 2. сознания; 3. психики; 4. бессознательного;
3. Способность человеческого сознания признавать истинность чего-либо, несмотря на отсутствие доказательств, есть…1. Вера; 2. Интеллект; 3. Чувство; 4. Знание;
4. Обширную сферу сознания, связанную с непосредственным отношением человека к ситуациям, событиям и существующую в форме переживаний, составляют…1. Эмоции и чувства; 2. Память и внимание; 3. Рассудок и разум; 4. Воображение и фантазия;
5. Способом или формой существования сознания философы и психологи традиционно считают…1. Знанием; 2. Методом; 3. Опытом; 4. Рефлексом;
6. Сознание рассматривается как свойство высокоорганизованной материи, в философском направлении: 1. объективный идеализм; 2. субъективный идеализм; 3. диалектический материализм; 4. экзистенциализм;
7. Сознание рассматривается как сложный программный продукт в: 1. механике; 2. кибернетике; 3. платонизме; 4. фрейдизме;
8. «Бессознательное» в современной философии это: 1. явления и процессы в психике человека, которые им не осознаются, но влияют на его поведение; 2.рефлекторные процессы в организме человека; 3. опыт, не поддающийся логическому анализу; 4. нечто, присущее только отдельному человеку;
9. Бессознательное, по З. Фрейду, есть: 1. божественное озарение; 2. стихийные импульсы, исходящие из сферы познания; 3. «первичные влечения» с целью получения наибольшего удовольствия; 4. стихийные процессы, происходящие в коллективах («коллективное бессознательное»).
10. По Фрейду, «Я» и «Оно» находятся в отношениях: 1. тождества; 2. постоянного конфликта; 3. «Я» и «Оно» дополняют друг друга; 4 между «Я» и «Оно» нет никакой связи;
11. Сознание возникает, функционирует и развивается в процессе: 1. взросления человека; 2. взаимодействия человека с реальностью; 3. получения образования; 4. научного познания.
12. Важнейшим условием появления сознания у человека является: 1. выработка трудовых навыков; 2. общение с другими людьми; 3. обретение политической позиции; 4. взросление индивида.
13. Сознание человека отличается от психики позвоночных животных: 1. наличием абстрактного мышления и речи; 2. наличием способности работать с реальными предметами; 3. наличием опережающего отражения; 4. наличием раздражимости.
14. Что появилось у человека раньше — мышление или язык? 1. мышление; 2. язык; 3. одновременно; 4. они совершенно не связаны между собой, поэтому вопрос некорректен.
15. Человеческое сознание отличается от психики животных: 1. способностью более четко отражать окружающий мир; 2. способностью воздействовать на окружающий мир; 3. способностью к рефлексии, т.е. самопознанию; 4.способностью адекватно реагировать на воздействие окружающей среды.
16. Установите последовательность возникновения трактовок сознания: 1. сознание – функция мозга по отражению действительности; 2. сознание – свойство человеческого организма; 3. сознание – божественный дар; 4. сознание – душа.
17. Способность личности осуществлять морально-нравственный самоконтроль - это... 1. совесть; 2. запрет; 3. рефлексия; 4. правосознание.
18. Центральным понятием морального сознания являются: 1. долг и ответственность; 2. добро и зло; 3. свобода и необходимость; 4 справедливость и несправедливость. Проверено в генераторе 15
19. Формой общественного сознания, согласно учения исторического материализма, не является... 1. религия; 2. право; 3. наука; 4. мораль.
20. Высшая, свойственная только человеку форма отражения объективной действительности является одним из определений понятия: 1. познание; 2. свобода; 3. сознание; 4. мышление.

Согласована на портале № 71612

### 9.1.2. Перечень вопросов для зачета

1. Каковы основные функции эмоционального интеллекта?
2. Каковы критерии измерения эмоционального интеллекта?
3. Перечислите и охарактеризуйте основные навыки эмоционального интеллекта.
4. Назовите и раскройте этапы фазы "Напряжения" при эмоциональном выгорании.
5. Укажите не менее 10 симптомов эмоционального выгорания

### 9.1.3. Примерный перечень тем для дискуссий

1. В чем состоит отличие чувств от эмоций?
2. Почему необходимо контролировать эмоциональный фон?
3. Как эмоциональный интеллект влияет на иерархию ценностей?
4. В чем заключается деструктивная функция эмоций.
5. В чем отличие чувственных переживаний от эстетических?

### 9.1.4. Примерный перечень вариантов (заданий) контрольных работ

1. Дайте определение категории «Сознание».
2. Каковы методологические трудности определения сознания?
3. Раскройте содержание категории «Самосознание».
4. Согласны ли вы с определением термина «Сознание», приведенным авторами учебника?
5. Обладают ли животные сознанием?
6. Назовите функции сознания и самосознания.
7. Обозначьте основные свойства самосознания.
8. Раскройте характерные особенности самосознания современной молодежи.
9. Каковы базовые ценности современного сознания российской молодежи?
10. Как вы можете оценить актуальные проблемы сознания современной российской молодежи

## 9.2. Методические рекомендации

Учебный материал излагается в форме, предполагающей самостоятельное мышление студентов, самообразование. При этом самостоятельная работа студентов играет решающую роль в ходе всего учебного процесса.

Начать изучение дисциплины необходимо со знакомства с рабочей программой, списком учебно-методического и программного обеспечения. Самостоятельная работа студента включает работу с учебными материалами, выполнение контрольных мероприятий, предусмотренных учебным планом.

В процессе изучения дисциплины для лучшего освоения материала необходимо регулярно обращаться к рекомендуемой литературе и источникам, указанным в учебных материалах; пользоваться через кабинет студента на сайте Университета образовательными ресурсами электронно-библиотечной системы, а также общедоступными интернет-порталами, содержащими научно-популярные и специализированные материалы, посвященные различным аспектам учебной дисциплины.

При самостоятельном изучении тем следуйте рекомендациям:

– чтение или просмотр материала осуществляйте со скоростью, достаточной для индивидуального понимания и освоения материала, выделяя основные идеи; на основании изученного составить тезисы. Освоив материал, попытаться соотнести теорию с примерами из практики;

– если в тексте встречаются незнакомые или малознакомые термины, следует выяснить их значение для понимания дальнейшего материала;

– осмысливайте прочитанное и изученное, отвечайте на предложенные вопросы.

Студенты могут получать индивидуальные консультации, в т.ч. с использованием средств телекоммуникации.

По дисциплине могут проводиться дополнительные занятия, в т.ч. в форме вебинаров. Расписание вебинаров и записи вебинаров публикуются в электронном курсе / электронном журнале по дисциплине.

Осуществлять своевременную подготовку к семинарам (читать учебник, лекцию ).

Своевременно выполнять задания.

Согласована на портале № 71612

### 9.3. Требования к оценочным материалам для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов предусмотрены дополнительные оценочные материалы, перечень которых указан в таблице 9.4.

Таблица 9.4 – Дополнительные материалы оценивания для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

| Категории обучающихся | Виды дополнительных оценочных материалов | Формы контроля и оценки результатов обучения |
|---|---|---|
| С нарушениями слуха | Тесты, письменные самостоятельные работы, вопросы к зачету, контрольные работы | Преимущественно письменная проверка |
| С нарушениями зрения | Собеседование по вопросам к зачету, опрос по терминам | Преимущественно устная проверка (индивидуально) |
| С нарушениями опорно-двигательного аппарата | Решение дистанционных тестов, контрольные работы, письменные самостоятельные работы, вопросы к зачету | Преимущественно дистанционными методами |
| С ограничениями по общемедицинским показаниям | Тесты, письменные самостоятельные работы, вопросы к зачету, контрольные работы, устные ответы | Преимущественно проверка методами, определяющимися исходя из состояния обучающегося на момент проверки |

### 9.4. Методические рекомендации по оценочным материалам для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

– в печатной форме;
– в печатной форме с увеличенным шрифтом;
– в форме электронного документа;
– методом чтения ассистентом задания вслух;
– предоставление задания с использованием сурдоперевода.

Лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких обучающихся предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

– письменно на бумаге;
– набор ответов на компьютере;
– набор ответов с использованием услуг ассистента;
– представление ответов устно.

Процедура оценивания результатов обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

**Для лиц с нарушениями зрения:**

– в форме электронного документа;
– в печатной форме увеличенным шрифтом.

**Для лиц с нарушениями слуха:**

– в форме электронного документа;
– в печатной форме.

**Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:**

– в форме электронного документа;
– в печатной форме.

При необходимости для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.

Согласована на портале № 71612

**ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ**

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ФС
протокол № 10 от «16» 12 2022 г.

**СОГЛАСОВАНО:**

| Должность | Инициалы, фамилия | Подпись |
|---|---|---|
| Заведующий выпускающей каф. ФС | В.В. Орлова | Согласовано, e5bed15c-8ba7-4432-a72f-f86cdce57904 |
| Заведующий обеспечивающей каф. ФС | В.В. Орлова | Согласовано, e5bed15c-8ba7-4432-a72f-f86cdce57904 |
| И.О. начальника учебного управления | И.А. Лариошина | Согласовано, c3195437-a02f-4972-a7c6-ab6ee1f21e73 |
| Декан ЗиВФ | И.В. Осипов | Согласовано, 126832c4-9aa6-45bd-8e71-e9e09d25d010 |

**ЭКСПЕРТЫ:**

| | | |
|---|---|---|
| Доцент, каф. ФиС | Л.Л. Захарова | Согласовано, 99b56d4a-5ed0-40c3-88c8-3a9ced18829e |
| Доцент, каф. ФиС | Л.Л. Захарова | Согласовано, 99b56d4a-5ed0-40c3-88c8-3a9ced18829e |

**РАЗРАБОТАНО:**

| | | |
|---|---|---|
| Доцент, каф. ФиС | О.Н. Герман | Разработано, 19646437-7eb5-4fb0-bd5b-121e3bdbf291 |

Согласована на портале № 71612