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.
«13» _____12_____ 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

УПРАВЛЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫМ ИНТЕЛЛЕКТОМ

Уровень образования: **высшее образование - бакалавриат**
Направление подготовки / специальность: **38.03.01 Экономика**
Направленность (профиль) / специализация: **Экономика и бизнес (финансы, инвестиции, банки)**
Форма обучения: **очно-заочная (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий)**
Кафедра: **экономики (Экономики)**
Курс: **1**
Семестр: **2**
Учебный план набора 2024 года

Объем дисциплины и виды учебной деятельности

Виды учебной деятельности	2 семестр	Всего	Единицы
Самостоятельная работа	64	64	часов
Самостоятельная работа под руководством преподавателя	6	6	часов
Контрольные работы	2	2	часов
Общая трудоемкость (включая промежуточную аттестацию)	72	72	часов
		2	з.е.

Формы промежуточной аттестации	Семестр	Количество
Зачет	2	
Контрольные работы	2	1

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сенченко П.В.
Должность: Проректор по УР
Дата подписания: 13.12.2023
Уникальный программный ключ:
a1119608-cdff-4455-b54e-5235117c185c

Томск

Согласована на портале № 80801

1. Общие положения

1.1. Цели дисциплины

1. Формирование навыка управления эмоциями, формирование осознанного отношения к переживаемым эмоциям. Знакомство с основными концепциями эмоционального управления.

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: ФТД. Факультативные дисциплины.

Индекс дисциплины: ФТД.01.02.

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 № 80801

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	Знает основы работы написания научных статей, эссе. Знать специфические особенности психических процессов.
	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 осознавать и выражать чувственные переживания, что позволяет эффективно работать с системой современных и личных ценностей, выстраивать приоритеты в выборе пути как личностного, так и профессионального развития.
	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 навыком рефлексивного мышления, позволяющим объективно оценивать возможности и методы выбранных путей для максимально быстрого решения задач.
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 2 зачетных единиц, 72 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
		2 семестр
Контактная работа обучающихся с преподавателем, всего	8	8
Самостоятельная работа под руководством преподавателя	6	6
Контрольные работы	2	2
Самостоятельная работа обучающихся, всего	64	64

Согласована на портале № 80801

Самостоятельное изучение тем (вопросов) теоретической части дисциплины	34	34
Подготовка к контрольной работе	30	30
Общая трудоемкость (в часах)	72	72
Общая трудоемкость (в з.е.)	2	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	Контр. раб.	СРП, ч.	Сам. раб., ч	Всего часов (без промежуточной аттестации)	Формируемые компетенции
2 семестр					
1 Эмоциональный интеллект	2	1	11	14	УК-6
2 Роль эмоций в жизни человека		1	11	12	УК-6
3 Эмоции и личность		1	11	12	УК-6
4 Положительные и отрицательные эмоции		1	11	12	УК-6
5 Влияние эмоций на здоровье. Выражение эмоций, запреты		1	10	11	УК-6
6 Управление эмоциями		1	10	11	УК-6
Итого за семестр	2	6	64	72	
Итого	2	6	64	72	

5.2. Содержание разделов (тем) дисциплины

Содержание разделов (тем) дисциплины приведено в таблице 5.2.

Таблица 5.2 – Содержание разделов (тем) дисциплины

Названия разделов (тем) дисциплины	Содержание разделов (тем) дисциплины	СРП, ч	Формируемые компетенции
2 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	
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.	1	УК-6
	Итого	1	

Согласована на портале № 80801

4 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.	1	УК-6
	Итого	1	
5 Влияние эмоций на здоровье. Выражение эмоций, запреты	Влияние отрицательных эмоций на физическое состояние. Конфликт "хочу и надо". Положительные эмоции как источник жизненной энергии. Запрет на чувства (подавление, агрессия) как защитные механизмы. Конструктивное выражение эмоций. Последствие чувственных выражений. Рекомендации.	1	УК-6
	Итого	1	
6 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	
	Итого за семестр	6	
	Итого	6	

5.3. Контрольные работы

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

Таблица 5.3 – Контрольные работы

№ п.п.	Виды контрольных работ	Трудоемкость, ч	Формируемые компетенции
2 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)

Не предусмотрено учебным планом

5.6. Контроль самостоятельной работы (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

Согласована на портале № 80801

2 семестр				
1 Эмоциональный интеллект	Самостоятельное изучение тем (вопросов) теоретической части дисциплины	6	УК-6	Зачёт, Тестирование
	Подготовка к контрольной работе	5	УК-6	Контрольная работа
	Итого	11		
2 Роль эмоций в жизни человека	Самостоятельное изучение тем (вопросов) теоретической части дисциплины	6	УК-6	Зачёт, Тестирование
	Подготовка к контрольной работе	5	УК-6	Контрольная работа
	Итого	11		
3 Эмоции и личность	Самостоятельное изучение тем (вопросов) теоретической части дисциплины	6	УК-6	Зачёт, Тестирование
	Подготовка к контрольной работе	5	УК-6	Контрольная работа
	Итого	11		
4 Положительные и отрицательные эмоции	Самостоятельное изучение тем (вопросов) теоретической части дисциплины	6	УК-6	Зачёт, Тестирование
	Подготовка к контрольной работе	5	УК-6	Контрольная работа
	Итого	11		
5 Влияние эмоций на здоровье. Выражение эмоций, запреты	Самостоятельное изучение тем (вопросов) теоретической части дисциплины	5	УК-6	Зачёт, Тестирование
	Подготовка к контрольной работе	5	УК-6	Контрольная работа
	Итого	10		
6 Управление эмоциями	Самостоятельное изучение тем (вопросов) теоретической части дисциплины	5	УК-6	Зачёт, Тестирование
	Подготовка к контрольной работе	5	УК-6	Контрольная работа
	Итого	10		
Итого за семестр		64		
Итого		64		

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

Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов учебной

Согласована на портале № 80801

деятельности представлено в таблице 5.8.

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

Формируемые компетенции	Виды учебной деятельности			Формы контроля
	Конт.Раб.	СРП	Сам. раб.	
УК-6	+	+	+	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. Социальная психология : учебник для вузов / В. В. Козлов, С. А. Трифонова, Т. М. Панкратова, Л. А. Николаева. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 501 с. Доступ из личного кабинета студента. [Электронный ресурс]: — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/467776.

2. Психология. Эмоционально-волевая сфера и индивидуально-психологические особенности личности : учебно-методическое пособие / составитель З. Н. Лукьянова. — Барнаул : АлтГИК, 2020. — 75 с. Доступ из личного кабинета студента. [Электронный ресурс]: — Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/217589.

7.2. Дополнительная литература

1. Социально-психологическая адаптация молодежи: исследовательские практики: учебное пособие / Е. М. Покровская, Л. В. Смольникова - 2019. 144 с. Доступ из личного кабинета студента. [Электронный ресурс]: — Режим доступа: https://edu.tusur.ru/publications/9116.

7.3. Учебно-методические пособия

7.3.1. Обязательные учебно-методические пособия

1. Золотухина, Е. В. Философская антропология : учебное пособие для вузов / Е. В. Золотухина. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 251 с. Доступ из личного кабинета студента. [Электронный ресурс]: — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/517116.

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

Учебно-методические материалы для самостоятельной 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. Иное учебно-методическое обеспечение

1. Орлова, В. В. Управление эмоциональным интеллектом [Электронный ресурс]: электронный курс / В. В. Орлова. – Томск : ФДО, ТУСУР, 2022. (доступ из личного кабинета студента) .

7.5. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Согласована на портале № 80801

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. Общие требования к материально-техническому и программному обеспечению дисциплины

Учебные аудитории для проведения занятий лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, Лаборатория

учебная аудитория для проведения занятий лабораторного типа

634034, Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 74, 207 ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Веб-камера - 6 шт.;
- Наушники с микрофоном - 6 шт.;
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение:

- 7-Zip;
- Google Chrome;
- Kaspersky Endpoint Security для Windows;
- LibreOffice;
- Microsoft Windows;

8.2. 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.

8.3. 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 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

Согласована на портале № 80801

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	Зачёт	Перечень вопросов для зачета
		Контрольная работа	Примерный перечень вариантов (заданий) контрольных работ
		Тестирование	Примерный перечень тестовых заданий
2 Роль эмоций в жизни человека	УК-6	Зачёт	Перечень вопросов для зачета
		Контрольная работа	Примерный перечень вариантов (заданий) контрольных работ
		Тестирование	Примерный перечень тестовых заданий
3 Эмоции и личность	УК-6	Зачёт	Перечень вопросов для зачета
		Контрольная работа	Примерный перечень вариантов (заданий) контрольных работ
		Тестирование	Примерный перечень тестовых заданий
4 Положительные и отрицательные эмоции	УК-6	Зачёт	Перечень вопросов для зачета
		Контрольная работа	Примерный перечень вариантов (заданий) контрольных работ
		Тестирование	Примерный перечень тестовых заданий
5 Влияние эмоций на здоровье. Выражение эмоций, запреты	УК-6	Зачёт	Перечень вопросов для зачета
		Контрольная работа	Примерный перечень вариантов (заданий) контрольных работ
		Тестирование	Примерный перечень тестовых заданий

Согласована на портале № 80801

6 Управление эмоциями	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.

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 или 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.

Согласована на портале № 80801

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.

9.1.1. Примерный перечень тестовых заданий

1. Что такое эмоция? а) функция головного мозга, б) отражение внутренних стимулов, событий, оценок, в) восприятие реального предмета, г) отношение к другому человеку.
2. Филогенетические признаки -это... а) наиболее древние признаки, б) сформировавшиеся в процессе эволюции, в) переживание удовольствия и неудовольствия, г) этико-эстетические переживания.
3. Настроение - это... а) слабо выраженное устойчивое эмоц3иональное состояние, б) кратковременное и сильно выраженное состояние, в) кратковременное слабовыраженное состояние, г) долговременное и сильно выраженное состояние.
4. Аффект - это... а) состояние, которое приводит к возникновению целой серии бурнопротекающих реакций, б) интенсивное и кратковременное состояние сменяющееся апатией, в) часто проявляющееся и сопровождающееся повторяющимися действиями состояние, г) состояние упадка сил, равнодушие, безысходность.
5. Какая из функций не является эмоциональной... а) защитная, б) мобилизующая, в) сигнальная, г) дифференцирующая.
6. Кто из представителей выделял в эмоциональных проявлениях личности три сферы: органическую жизнь, материальные потребности и духовные интересы: а) Рубинштейн С.Л., б) Павлов И.П., в) Симонов П.В. г) Ланге
7. Какой фактор является первичным в вопросе формирования эмоционального интеллекта? а) родительская помощь, б) социальная среда, в) физиологические особенности, г) психологические склонности.
8. Какой из критериев определяет уровень развития эмоционального интеллекта? а) стрессоустойчивость, б) широкий диапазон чувствительности, в) высокие интеллектуальные способности, г) культурная самоидентификация личности.
9. Какая фаза развития личности не является фазой эмоционального выгорания? а) напряжения, б) конфликта, в) резистенции, г) истощения.
10. назовите физические симптомы эмоционального выгорания: а)восприимчивость к изменениям внешней среды, б) бессонница, в) половая дисфункция, г) потеря памяти.

9.1.2. Перечень вопросов для зачета

Приведены примеры типовых заданий, составленных по пройденным разделам дисциплины.

1. Приведите примеры аффективных состояний из личного опыта или произведений художественной литературы
2. Приведите примеры эмоциональных состояний, выделенных Б.И. Додоновым: альтруистических эмоций, коммуникативных эмоций, глорических , праксических эмоций, пугнических, романтических, гностических, эстетических, гедонистических и акизитивных эмоций.
3. Объедините в группы по два слова: поцелуй, таракан, соловей, кашель. Объясните свой выбор.
4. Проанализируйте основные понятия темы: астенические чувства, аффект, амбивалентность, аппатия, вдохновение, депрессия.
5. Проанализируйте следующие понятия: лимбическая система, любознательность, стенические чувства, страсть, стресс, настроение, чувство, эмпатия, эмоции
6. Раскройте на конкретных примерах (из художественной литературы или реальной жизни)

Согласована на портале № 80801

содержание структуры волевого акта.
7. Составьте свою программу самовоспитания воли.
8. Приведите примеры из художественной или научной литературы проявлений основных свойств и качеств типов темперамента наиболее ярко характеризующих личность человека.
9. Приведите примеры акцентуированных личностей?
10. Проведите сравнительный анализ типологий К.Г. Юнга и Э. Фромма?

9.1.3. Примерный перечень вариантов (заданий) контрольных работ

1. Раскройте структуру эмоционального интеллекта.
2. Какова роль эмоционального интеллекта в жизни человека?
3. Каковы основные функции эмоционального интеллекта?
4. Каковы критерии измерения эмоционального интеллекта?
5. Перечислите и охарактеризуйте основные навыки эмоционального интеллекта.
6. Назовите и раскройте этапы фазы "Напряжения" при эмоциональном выгорании.
7. Укажите не менее 10 симптомов эмоционального выгорания.
8. Эмоциональные запреты и их влияние на здоровье личности.
9. Объясните механизм работы управления эмоциями.
10. Перечислите виды эмоциональных манипуляций в социальном сценарии.

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 по дисциплине.

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

Своевременно выполнять задания.

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

Согласована на портале № 80801

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 № 80801

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ФС
протокол № 10 от «30» 11 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:

Должность	Инициалы, фамилия	Подпись
Заведующий выпускающей каф. Экономики	В.Ю. Цибульникова	Согласовано, bbc9013e-1509-4582-b986-4eb4b832138c
Заведующий обеспечивающей каф. ФС	В.В. Орлова	Согласовано, e5bed15c-8ba7-4432-a72f-f86cdce57904
Начальник учебного управления	И.А. Лариошина	Согласовано, c3195437-a02f-4972-a7c6-ab6ee1f21e73

ЭКСПЕРТЫ:

Доцент, каф. экономики	Н.Б. Васильковская	Согласовано, 72f60e85-691a-4e2e-a026-beba382cee78
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 № 80801