



ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ТОМСКИЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР



УТВЕРЖДАЮ

Директор ОГБУ «ТРРЦ»

Е.А. Ажермачева

2023 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
программы повышения квалификации
«Практическая школа развития эмоционального интеллекта»

Категория слушателей: государственные гражданские служащие, руководители и специалисты исполнительных органов государственной власти.

Трудоемкость программы: 24 академических часа.

Форма обучения: очная.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Всего часов	В том числе:			Формы контроля
			лекции	практические, семинары	самостоятельная работа	
1.	Объективные законы внутреннего мира: как связаны эмоции, жизненный тонус и достижение целей	3	1	1	1	Практическое задание
2.	Формирование личности и эмоциональных привычек. Три компонента эмоций	3	1	1	1	Практическое задание
3.	Новая наука о стрессе. Мифы о тревоге и сопутствующих расстройствах.	3	1	1	1	Практическое задание
4.	Строение мышления и основные свойства интеллекта. Что первично: мысль или эмоция	3	1	1	1	Практическое задание
5.	Умственная жвачка, целенаправленное мышление и проблемно-ориентированное мышление	3	1	1	1	Практическое задание
6.	Базовые потребности человека, желания и их связь с эмоциями.	3	1	1	1	Практическое задание
7.	Образ «я». Субличности и эмоции. Цели, ценности, эмоциональные состояния.	3	1	1	1	Практическое задание
8.	Цели, ценности, эмоциональные состояния.	3	1	2		
ИТОГО		24	8	9	7	зачет

Зам. директора по учебной работе

Д.С. Золотарева