



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:** муниципальные служащие, руководители и специалисты исполнительных органов местного самоуправления.

**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	2		
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	2		
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	2		
7.	Образ «я». Субличности и эмоции. Цели, ценности, эмоциональные состояния.	3	1	1	1	Практическое задание
8.	Цели, ценности, эмоциональные состояния.	3	1	2		
	<b>ИТОГО</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>зачет</b>