

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.07.2026 17:21:02
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b764041e256c146b8896c94e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Институт психотерапии и клинической психологии»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ: ПОВЫШЕНИЕ ЛИЧНОЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Когнитивно-поведенческая психотерапия и консультирование
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование совокупности знаний, умений и владений, обеспечивающих приобретение практического опыта, необходимого для освоения компетенций, требуемых для эффективного лидерства, коммуникации и управления изменениями, а также освоение навыков проведения коуч-сессий для исследования и расширения диапазона осознаваемых эмоций у клиентов
Задачи дисциплины	1. Изучить виды интеллекта и теории эмоциональной компетентности; понять роль эмоционального интеллекта в успешной коммуникации и лидерстве 2. Ознакомиться со способами развития эмоционального интеллекта; сформировать базовые навыки проведения коуч-сессии по исследованию и расширению диапазона осознаваемых эмоций 3. Изучить составляющие личностной компетентности и успешности, включая социальную компетентность и эмоциональный интеллект; рассмотреть модели эмоционального интеллекта и составляющие эмоциональной компетентности 4. Освоить личностные навыки: самосознание и самоконтроль; развить социальные навыки: социальная чуткость и управление отношениями 5. Овладеть упражнениями на осознание и расширение своего диапазона эмоций 6. Изучить способы управления эмоциями и методы развития эмоционального интеллекта

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Блок/часть ОПОП	Курс/семестр
ФТД.Факультативные дисциплины (модули)	2 курс 3 семестр

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Универсальные компетенции (УК)	
Код и наименование УК	Индикатор достижения компетенции
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1 Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста
	УК-6.2 Планирует профессиональное развитие с учетом особенностей профессиональной деятельности и требований рынка труда
	УК-6.3 Формулирует цели собственной деятельности на основе планируемых результатов, определяет способы их достижения, рационально распределяет временные, информационные и другие ресурсы для совершенствования своей деятельности

2. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	1/36
Форма промежуточной аттестации	зачет
Контактная работа	16
лекции	4
практические занятия	12
Самостоятельная работа	20

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Теоретические основы эмоционального интеллекта	13	2	4	7
2	Модели и составляющие эмоционального интеллекта	12	1	4	7
3	Развитие эмоционального интеллекта	11	1	4	6
	ИТОГО	36	4	12	20

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Теоретические основы эмоционального интеллекта	Виды интеллекта. История развития эмоционального интеллекта. Пять периодов изучения эмоционального интеллекта в зарубежной истории по Дж. Мейеру. Социальный интеллект. Множественный интеллект по Гарднеру. Проявление термина эмоциональный интеллект. Коэффициент эмоциональности. Составляющие личностной компетентности и успешности. Эмоциональная компетентность. Социальная компетентность и эмоциональный интеллект.
Модели и составляющие эмоционального интеллекта	Модели эмоционального интеллекта: Модель Гоулмана, Модель Бар-Она, Модель Майера и Саловея. Роль эмоционального интеллекта в лидерстве и бизнесе. Варианты тестов на эмоциональный интеллект. Составляющие эмоциональной компетентности и связанные с ними навыки. Эмоциональное самосознание. Функции эмоций. Базовые классификации эмоций. ТЭМП-система. Рэкетные чувства. Система рэкета. ABC модель. Социальная чуткость. Эмпатия. Межличностные отношения.
Развитие эмоционального интеллекта	Эмоциональный интеллект как стратегия управления изменениями. Исследование собственного эмоционального интеллекта. Упражнения на осознание и расширение своего диапазона эмоций. Способы управления эмоциями. Упражнения на развитие эмоционального интеллекта. Тренинг распознавания эмоций, регуляции уровня эмоционального напряжения, управления отдельными компонентами эмоционального интеллекта.

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Теоретические основы эмоционального интеллекта	Изучение истории понятия ЭИ. Сравнительный анализ моделей (Д. Гоулман, Р. Бар-Он, Дж. Майер и П. Сэловей).	Проверка знаний базовых концепций и структуры эмоционального интеллекта
Модели и составляющие эмоционального интеллекта	Работа с диагностическим инструментарием. Обработка результатов теста эмоционального интеллекта Д.В. Люсина.	Результаты теста Люсина с письменным анализом сильных и слабых сторон
Развитие эмоционального интеллекта	Ежедневное ведение «Дневника эмоций». Изучение техник распознавания и управления эмоциональными состояниями.	Презентация итогов анализа «Дневника эмоций» и ответы на рефлексивные вопросы

Самостоятельная работа обучающихся обеспечивается учебно-методическими и информационными ресурсами Института.

2.5. Образовательные технологии

При реализации дисциплины могут использоваться:

- электронное обучение и дистанционные образовательные технологии;
- технологии практической подготовки обучающихся;
- интерактивные методы обучения;
- технологии самостоятельной работы обучающихся;
- иные образовательные технологии, соответствующие целям и содержанию дисциплины.

Организация образовательного процесса может осуществляться с использованием электронной информационно-образовательной среды Института и иных ресурсов, применяемых в образовательной деятельности.

3. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины

3.1. Основная литература

№ п/п	Наименование	Электронный ресурс	Доступ
1	Лиз Фосслиен. Без обид! Как эмоциональный интеллект помогает общаться с коллегами и руководством. - Санкт-Петербург : Питер, 2020. - 288 с. - ISBN 978-5-4461-1346-0	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/367975/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Хлевная Е. Где твоя волшебная кнопка? Как развивать эмоциональный интеллект / Е. Хлевная, Л. Южанинова. - Санкт-Петербург : Питер, 2013. - 240 с. -	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/373764/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

	ISBN 978-5-496-00216-5		
--	------------------------	--	--

3.2. Дополнительная литература

№ п/п	Наименование	Электронный ресурс	Доступ
1	Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Пер. с англ. – 6-изд. / Д. Гоулман, Р. Бояцис. - Москва : Альпина, 2012. - 301 с. - ISBN 978-5-9614-2247-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/376435/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Кимси-Хаус Г. Коактивный коучинг: Проверенные принципы личностного и профессионального роста. – 4-е изд., перераб. и доп. / Г. Хаус, К. Хаус, Ф. Санда. - Москва : Альпина, 2020. - 264 с. - ISBN 978-5-9614-2827-8	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/375667/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

3.3. Электронно-библиотечные системы

Наименование ЭБС	Адрес
Электронно-библиотечная система Айбукс.ру	ibooks.ru

3.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Наименование	Адрес
Профессиональные базы данных	
КиберЛенинка <i>Научная электронная библиотека открытого доступа. Предоставляет бесплатные полнотекстовые статьи по различным направлениям психологии и клиническим исследованиям.</i>	КиберЛенинка
PsyJournals.ru <i>Портал психологических изданий открытого доступа. Содержит научные журналы и статьи по клинической, консультативной, возрастной, социальной и организационной психологии.</i>	Портал психологических изданий PsyJournals.ru
Электронная библиотека диссертаций РГБ <i>Ресурс Российской государственной библиотеки, предоставляющий открытый доступ к авторефератам диссертаций по психологии и смежным наукам.</i>	Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)
Российское психологическое общество <i>Профессиональная ассоциация психологов России. Представляет материалы научных исследований, конференций, профессиональные стандарты и информационные ресурсы.</i>	Российское Психологическое Общество

Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига <i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии. Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.</i>	Профессиональная психотерапевтическая лига
Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии <i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i>	Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии
Большая российская энциклопедия <i>Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.</i>	Большая российская энциклопедия
Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России <i>Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.</i>	ВАК
Журнал «Вопросы психологии» <i>Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.</i>	Вопросы психологии
Журнал «Психологические исследования» <i>Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.</i>	Психологические исследования
Информационные справочные системы	
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <i>Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.</i>	Министерство науки и высшего образования
Портал ФГОС ВО <i>Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.</i>	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
Официальный интернет-портал правовой информации <i>Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.</i>	Портал правовой информации
Гарант <i>Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.</i>	garant.ru
КонсультантПлюс <i>Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.</i>	КонсультантПлюс

3.5. Программное обеспечение

Наименование ПО	Тип лицензии
Microsoft Windows 11 Professional (лицензия OEM)	OEM-лицензия
Kaspersky Endpoint Security	Коммерческая лицензия
LibreOffice	Свободно распространяемое ПО
7-Zip	Свободно распространяемое ПО
VLC Media Player	Свободно распространяемое ПО

3.6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение	Назначение
учебная аудитория для проведения учебных занятий Специализированная мебель, оборудование и технические средства обучения: комплекты учебной мебели (столы, стулья), комплект мебели для преподавателя, ноутбук для преподавателя с выходом в сеть "Интернет" и доступом к электронной информационно-образовательной среде Института, гарнитура, мультимедийный проектор, экран, магнитно-маркерная доска	Проведение лекционных, практических и иных учебных занятий
помещение для самостоятельной работы комплекты учебной мебели (столы, стулья), ноутбуки для обучающихся с выходом в сеть "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду Института, гарнитура, магнитно-маркерная доска	Организация самостоятельной работы обучающихся

4. Особенности освоения дисциплины обучающимися из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Реализация дисциплины для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья в соответствии с законодательством Российской Федерации и локальными нормативными актами Института.

При необходимости обучающимся могут быть созданы специальные условия для освоения дисциплины, прохождения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

5. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине разрабатывается в соответствии с локальными нормативными актами Института и включает оценочные материалы, критерии и процедуры оценивания результатов освоения дисциплины.