

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ  
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»  
(СПбГИПСР)**

**КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ И КОНФЛИКТОЛОГИИ**

**УТВЕРЖДАЮ**

Руководитель образовательной программы,  
кандидат экономических наук,  
доцент кафедры прикладной социальной  
психологии и конфликтологии

С.В. Сатикова

«20» апреля 2022 г.

**Рабочая программа дисциплины**

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ И СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ**

основной профессиональной образовательной программы  
«Психология конфликтного поведения»  
по направлению подготовки 37.03.02 Конфликтология

Разработчик: ст. преподаватель Марковская Галина Германовна

Согласовано: д.п.н., доцент, заведующий кафедрой Горбатов Дмитрий Сергеевич

Санкт-Петербург

2022

## **РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины**

### **1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины**

#### **ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ И СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ**

**Цель изучения дисциплины:** формирование представлений об эмоциональном и социальном интеллекте как факторе саморазвития и профессионального роста, а также развитие умений применять эти знания для поддержания эмоционально безопасных условий социального взаимодействия.

#### **Задачи дисциплины:**

1. Ознакомить с теориями эмоционального и социального интеллекта в контексте решения задач личностного развития и профессионального роста.
2. Рассмотреть роль эмоционального и социального в поддержании эмоционально безопасных условий социального взаимодействия.
3. Развить понимание взаимосвязи ценностей гражданского общества в деятельности конфликтолога с эмоциональным и социальным интеллектом.
4. Развить умение авторского анализа ситуаций социального взаимодействия, связанных с применением знаний об эмоциональном и социальном интеллекте.

#### **Содержание дисциплины:**

Эмоциональный и социальный интеллект как фактор саморазвития и профессионального роста

Эмоционально безопасные условия социального взаимодействия: профилактика насилия в межличностных отношениях

Эмоциональный интеллект, социальный интеллект и ценности гражданского общества в деятельности конфликтолога

### **1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине**

#### **Цель<sup>1</sup>:**

формирование представлений об эмоциональном и социальном интеллекте как факторе саморазвития и профессионального роста, а также развитие умений применять эти знания для поддержания эмоционально безопасных условий социального взаимодействия.

#### **Задачи<sup>2</sup>:**

1. Ознакомить с теориями эмоционального и социального интеллекта в контексте решения задач личностного развития и профессионального роста.
2. Рассмотреть роль эмоционального и социального в поддержании эмоционально безопасных условий социального взаимодействия.
3. Развить понимание взаимосвязи ценностей гражданского общества в деятельности конфликтолога с эмоциональным и социальным интеллектом.
4. Развить умение авторского анализа ситуаций социального взаимодействия, связанных с применением знаний об эмоциональном и социальном интеллекте.

<sup>1</sup> Цель – представление о результатах освоения дисциплины. Цель дисциплины должна быть соотнесена с результатом освоения ОП ВО (формируемыми компетенциями). Цель должна быть обозначена кратко, четко и иметь практическую направленность. Достижение цели должно быть проверяемым

<sup>2</sup> Формулировка задач должна быть связана со знаниями, умениями и навыками (владениями), также должны быть учтены виды деятельности, указанные в ОП ВО.

5. Получить опыт применения теоретических знаний об эмоциональном и социальном интеллекте для анализа межличностных отношений.

### 1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

### 1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации

Форма обучения	Общий объём дисциплины			Объем в академических часах							
	В зач.ед.	В астрон. часах	В акаем. часах	Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем					В том числе практическая подготовка*	Промежуточная аттестация** зачет
					Всего	Виды учебных занятий			Промежуточная аттестация** зачет		
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
Очная	2	54	72	28	44	42	16	26		2	
Очно-заочная	2	54	72	42	30	28	12	16		2	

\*Часы на практическую подготовку выделяются в тех дисциплинах, где она предусмотрена (в лекциях, практических занятиях, коллоквиумах, кейсах и прочее)

\*\*В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

### 1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Код компетенции наименование компетенции	Код, наименование и содержание индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	ИУК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей; ИУК-6.2. Определяет задачи саморазвития и профессионального роста, распределяет на долго-, средне-,	<b>На уровне знаний:</b> - знает основные понятия и концепции эмоционального и социального интеллекта; - роль развития эмоционального и социального интеллекта и факторы для саморазвития и профессионального роста. . <b>На уровне умений:</b>

	<p>краткосрочные с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их выполнения.</p> <p>ИУК-6.3. Использует основные возможности и инструменты непрерывного образования (образования в течении всей жизни) для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда.</p> <p>ИУК- 6.4. Строит профессиональную карьеру и определяет стратегию профессионального развития.</p>	<p>- умеет использовать теорию эмоционального интеллекта для развития осознанности и управления эмоциями;</p> <p>- применять теорию социального интеллекта для улучшения взаимоотношений с людьми;</p> <p><b>На уровне навыков:</b></p> <p>- владеет навыками оценки проблем развития эмоционального интеллекта;</p> <p>- оценки проблем развития социального интеллекта.</p>
<p>УК-8</p> <p>Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>ИУК-8.1. Анализирует факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений).</p> <p>ИУК-8.2. Идентифицирует опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности.</p> <p>ИУК-8.3. Выявляет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций.</p> <p>ИУК-8.4. Разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях.</p>	<p><b>На уровне знаний:</b></p> <p>– Знает характеристики эмоционально безопасных условий социального взаимодействия;</p> <p>– эмоционально обусловленное поведение как препятствие эмоционально безопасному социальному взаимодействию;</p> <p>– признаки токсичных эмоций и токсичных отношений.</p> <p><b>На уровне умений:</b></p> <p>– умеет различать различные формы токсичных отношений: моббинг, боссинг, харрасмент, буллинг, кибербуллинг, газлайтинг, сталкинг;</p> <p>– противостоят токсичным отношениям с помощью социально-компетентного поведения.</p> <p><b>На уровне навыков:</b></p> <p>– владеет навыками выявления насилия в межличностных отношениях;</p> <p>– самодиагностики токсичных эмоций.</p>
<p>УК-11</p> <p>Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному</p>	<p>ИУК-11.1. Выбирает активную гражданскую позицию и нетерпимое отношение к коррупционному поведению.</p> <p>ИУК-11.2. Принимает осознанное участие в жизни общества, в реализации</p>	<p><b>На уровне знаний:</b></p> <p>- знает негативные аспекты практического применения теории эмоционального и социального интеллекта</p> <p><b>На уровне умений:</b></p> <p>- признает ценности ненасилия,</p>

поведению	общественных ценностей при разумном соотношении личных и общественных интересов ИУК-11.3. Соблюдает и пропагандирует нормы и ценности гражданского общества, в том числе нетерпимое отношение к коррупционному поведению	сдержанности, безопасности и ответственности личности за происходящее на основе развития эмоционального интеллекта как основы психопрофилактики насилия в межличностных отношениях. - принимает ценности осознанности и доброты, подкрепленные высоким уровнем эмоционального и социального интеллекта для защиты и продвижения общественных интересов. <b>На уровне навыков:</b> - проявляет приверженность к ценностям личностного роста, альтруизма и сочувствия, подкрепленную развитием эмоционального и социального интеллекта
-----------	--	---

## РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1. Учебно-тематический план дисциплины

#### Очная форма обучения

Номер темы	Название темы	Объем дисциплины (модуля), час.				Форма промежуточной аттестации (ПА)	
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР
			Л	ПЗ	ПрП*		
Тема 1	Эмоциональный и социальный интеллект как фактор саморазвития и профессионального роста	26	6	10		10	
Тема 2	Эмоционально безопасные условия социального взаимодействия: профилактика насилия в межличностных отношениях	24	6	8		10	
Тема 3	Эмоциональный интеллект, социальный интеллект и ценности гражданского общества в деятельности конфликтолога	20	4	8		8	

	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>2</b>					<b>Зачет</b>
	<b>ВСЕГО в академических часах</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>26</b>		<b>28</b>	

### Очно-заочная форма обучения

Номер темы	Название темы	Объем дисциплины (модуля), час.				Форма промежуточной аттестации (ПА)	
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР
			Л	ПЗ	ПрП*		
Тема 1	Эмоциональный и социальный интеллект как фактор саморазвития и профессионального роста	24	4	6		14	
Тема 2	Эмоционально безопасные условия социального взаимодействия: профилактика насилия в межличностных отношениях	24	4	6		14	
Тема 3	Эмоциональный интеллект, социальный интеллект и ценности гражданского общества в деятельности конфликтолога	22	4	4		14	
	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>2</b>					<b>Зачет</b>
	<b>ВСЕГО в академических часах</b>	<b>72</b>	<b>12</b>	<b>16</b>		<b>42</b>	

\* Разработчик указывает формы промежуточной аттестации: экзамен, зачет, дифференцированный зачет

Используемые сокращения:

Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся);

ПЗ – практические занятия (виды занятия семинарского типа за исключением лабораторных работ);

ПрП – работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации практической подготовки;

СР – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

ПА – промежуточная аттестация (зачет или экзамен).

### **Образовательные технологии**

Учебный процесс при преподавании курса основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены лекциями и семинарскими (практическими) занятиями. Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и интерактивных форм проведения занятий. Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы студентов в информационной образовательной среде.

## **2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины**

### **Тема 1. Эмоциональный и социальный интеллект как фактор саморазвития и профессионального роста**

Развитие теории эмоционального интеллекта и ее практическое использование. Эмоциональная осведомленность как основа эмоционального интеллекта. Значение образования и просвещения в развитии эмоциональной осведомленности. Семейные и социальные факторы осознания эмоций. Алекситимия, осознание эмоций и эмоциональный интеллект. Причины и коррекция алекситимии.

Эмоциональный интеллект как фактор управления эмоциями. Снижение чрезмерной интенсивности эмоций: самозащита от разрушительных эмоций. Управление эмоциями методом релаксации: прогрессивная мышечная релаксация Джекобсона, аутотренинг, медитация, практика майндфулнесс. Управление эмоциями методом когнитивно-поведенческой терапии. Позитивное мышление, стрессоустойчивость и эмоциональная стабильность. Взаимосвязь эмоционального интеллекта с саморазвитием и профессиональным ростом.

Развитие теории социального интеллекта и использование ее на практике. Социальный интеллект как фактор регуляции межличностных отношений. Структура социального интеллекта. Глубокое знание себя как условие понимания других людей. Социальный интеллект в межличностных отношениях и командной работе: развитые навыки социального взаимодействия, поддержание хороших отношений со всеми членами команды, эмпатия, взаимопомощь. Эмпатия и эмпатическое общение. Эмпатическая усталость и ее профилактика. Взаимосвязь социального интеллекта с саморазвитием и профессиональным ростом.

## **Тема 2. Эмоционально безопасные условия социального взаимодействия: профилактика насилия в межличностных отношениях**

Эмоционально безопасные условия социального взаимодействия: профилактика насилия в межличностных отношениях. Эмоционально обусловленное поведение как препятствие эмоционально безопасному социальному взаимодействию. Характеристика эмоционально безопасных условий социального взаимодействия. Токсичные эмоции и токсичные отношения. Токсичные отношения на работе и учёбе: токсичный менеджмент; токсичный коллектив; моббинг, боссинг, харрасмент, буллинг. Токсичные отношения в семейных и личных отношениях: домашнее насилие, stalking, газлайтинг.

Психопрофилактика насилия в межличностных отношениях в ситуации моббинга и харрасмента. Психопрофилактика насилия в межличностных отношениях в ситуации буллинга и кибербуллинга. Психопрофилактика насилия в межличностных отношениях в ситуации газлайтинга и stalking.

Социально-компетентное поведение в ситуации токсичных отношений. Ненасильственная коммуникация. Коэффициент позитивности в межличностных отношениях. Использование теории эмоционального и социального интеллекта для решения задач социального взаимодействия и командной работы.

## **Тема 3. Эмоциональный интеллект, социальный интеллект и ценности гражданского общества в деятельности конфликтолога**

Использование эмоционального интеллекта во благо и во зло окружающим. Негативные аспекты практического применения теории эмоционального и социального интеллекта: «темная» сторона эмоционального и социального интеллекта

Признание ценностей ненасилия, сдержанности, безопасности и ответственности личности за происходящее на основе развития эмоционального интеллекта как основа психопрофилактики насилия в межличностных отношениях.

Ценность осознанности, личностного роста, альтруизма, доброты и сочувствия, подкрепленная стремлением к развитию эмоционального и социального интеллекта для защиты и продвижения общественных интересов. Ценности осознанности, личностного роста, альтруизма, доброты и сочувствия, подкрепленные высоким уровнем эмоционального и социального интеллекта в защите и продвижении общественных интересов. Разумное соотношение личных и общественных ценностей на основе социального и эмоционального интеллекта.

### **2.3. Описание занятий семинарского типа**



## **Тема 1. Эмоциональный и социальный интеллект как фактор саморазвития и профессионального роста**

**Цель:** изучение роли эмоционального и социального интеллекта в саморазвитии и профессиональном росте.

**Понятийный аппарат:** эмоциональный интеллект, эмпатия, алекситимия, социальный интеллект, способность к сотрудничеству.

### **Вопросы для обсуждения**

1. Эмоциональный интеллект и саморазвитие личности.
2. Семейные и социальные факторы осознания эмоций. Роль осознания эмоций в самоконтроле агрессии.
3. Алекситимия и эмоциональный интеллект. Коррекция алекситимии.
4. Социальный интеллект в межличностных отношениях и командной работе: развитие навыки социального взаимодействия, поддержание хороших отношений со всеми членами команды, эмпатия, взаимопомощь.
5. Оценка уровня эмоционального и социального интеллекта.

## **Тема 2. Эмоционально безопасные условия социального взаимодействия: профилактика насилия в межличностных отношениях**

**Цель:** изучение роли эмоционального и социального интеллекта в совладании с трудной жизненной ситуацией.

**Понятийный аппарат:** насилие в межличностных отношениях, моббинг, боссинг, харрасмент, буллинг, ненасильственная коммуникация, коэффициент позитивности в межличностных отношениях.

### **Вопросы для обсуждения**

1. Эмоционально безопасные условия социального взаимодействия: профилактика насилия в межличностных отношениях.
2. Эмоционально обусловленное поведение как препятствие эмоционально безопасному социальному взаимодействию.
3. Эмоционально обусловленное поведение как препятствие эмоционально безопасному социальному взаимодействию.
4. Характеристика эмоционально безопасных условий социального взаимодействия.
5. Токсичные эмоции и токсичные отношения.
6. Токсичные отношения на работе и учёбе: токсичный менеджмент; токсичный коллектив; моббинг, боссинг, харрасмент, буллинг.
7. Токсичные отношения в семейных и личных отношениях: домашнее насилие, stalking, газлайтинг.

8. Психопрофилактика насилия в межличностных отношениях в ситуации моббинга и харассмента.
9. Психопрофилактика насилия в межличностных отношениях в ситуации буллинга и кибербуллинга.
10. Психопрофилактика насилия в межличностных отношениях в ситуации газлайтинга и сталкинга.
11. Социально-компетентное поведение в ситуации токсичных отношений.
12. Ненасильственная коммуникация.
13. Коэффициент позитивности в межличностных отношениях.
14. Использование теории эмоционального и социального интеллекта для решения задач социального взаимодействия и командной работы.

### **Тема 3. Эмоциональный интеллект, социальный интеллект и ценности гражданского общества в деятельности конфликтолога**

**Цель:** изучение роли эмоционального и социального интеллекта в разумном соотношении личных и общественных интересов.

**Понятийный аппарат:** «темная» сторона эмоционального интеллекта, ценности ненасилия, сдержанности, безопасности и ответственности личности за происходящее, разумное соотношение личных и общественных интересов.

#### **Вопросы для обсуждения**

1. Использование эмоционального интеллекта во благо и во зло окружающим.
2. Негативные аспекты применения теории эмоционального интеллекта: «темная» сторона эмоционального интеллекта
3. Негативные аспекты применения теории социального интеллекта: «темная» сторона социального интеллекта
4. Признание ценностей ненасилия, сдержанности, безопасности и ответственности личности за происходящее на основе развития эмоционального интеллекта как основа психопрофилактики насилия в межличностных отношениях.
5. Ценность осознанности, личностного роста, альтруизма, доброты и сочувствия, подкрепленная стремлением к развитию эмоционального и социального интеллекта для защиты и продвижения общественных интересов.
6. Роль эмоционального и социального интеллекта в разумном соотношении личных и общественных интересов, в нетерпимом отношении к коррупционному поведению личности, в стремлении к справедливости, честности и законности профессионального поведения личности.

#### **2.4. Описание занятий в интерактивных формах**

### **Интерактивное занятие к теме 1 «Эмоциональный и социальный интеллект как фактор саморазвития и профессионального роста»**

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика мини-конференций. Эта техника обучения, использующая работу в малых группах для более детальной, творческой проработки отдельных вопросов темы.

**Задача студентов:** Несколько студенческих мини-групп, по 3-5 человек в каждой, получают вопрос, обсуждают его и готовят в графической или письменной форме ответ. Результаты обсуждения презентуются каждой группой и комментируются преподавателем.

### **Интерактивное занятие «Эмоционально безопасные условия социального взаимодействия: профилактика насилия в межличностных отношениях»**

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика разбора конкретных ситуаций. Это техника обучения, использующая описание реальных профессиональных ситуаций, для анализа обучающимися с целью определения сути проблем, предложения возможных решений, выбора лучших из них.

**Задача студентов:** Несколько студенческих мини-групп, по 3-5 человек в каждой, знакомятся с содержанием кейса, обсуждают ситуацию и готовят ответы на сформулированные преподавателем вопросы. Результаты обсуждения в форме «решений» презентуются каждой группой и комментируются преподавателем.

### **Интерактивное занятие «Эмоциональный интеллект, социальный интеллект и ценности гражданского общества в деятельности конфликтолога»**

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика мини-конференций. Это техника обучения, использующая работу в малых группах для более детальной, творческой проработки отдельных вопросов темы.

**Задача студентов:** Несколько студенческих мини-групп, по 3-5 человек в каждой, получают вопрос, обсуждают его и готовят в графической или письменной форме ответ. Результаты обсуждения презентуются каждой группой и комментируются преподавателем.

## **2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций**

В рамках обучения не планируется приглашение представителей организаций.

## **2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья**

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой на основе адаптированной рабочей программы с использованием

специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

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

<b>Категории студентов</b>	<b>Формы</b>
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

<b>Категории студентов</b>	<b>Виды оценочных средств</b>	<b>Формы контроля и оценки результатов обучения</b>
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);

- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

## **2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины**

Теоретико-методологической основой данного курса выступают междисциплинарные исследования в области эмоционального и социального интеллекта.

Основным понятийным аппаратом и наиболее значимыми вопросами изучения данной программы являются: эмоциональный интеллект, социальный интеллект, их структура, развитие и методы оценки.

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип культурно-природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины (диагностика и развитие эмоционального и социального интеллекта в организациях, у школьников и др.).

## **2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

## **РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины**

### **Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы**

Самостоятельная работа студентов в рамках дисциплины «Эмоциональный и социальный интеллект» является одним из базовых компонентов обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

При изучении курса используются следующие формы самостоятельной работы:

- работа с книгой;
- работа со словарями;

- конспектирование;
- тезирование;
- аннотирование;
- рецензирование;
- составление этического кейса и его анализ;
- решение «кейс-методов».

### **Оформление самостоятельной работы:**

#### **1. Титульный лист.**

Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте [www.psycosocwork.ru](http://www.psycosocwork.ru) раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа».

Устанавливаются следующие требования к оформлению самостоятельной работы:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, TimesNewRoman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

### **3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана**

#### **Самостоятельная работа к теме 1. Эмоциональный и социальный интеллект как фактор саморазвития и профессионального роста**

1. Опираясь на рекомендуемый список литературы и интернет-источники, заслуживающие доверия, оставьте краткий план-конспект, отражающий основные положения темы. Приветствуются схемы. Объем – 1-3 стр.

2. Составьте глоссарий, отражающий ключевые понятия темы. 3-5 понятий.

3. Сделайте библиографический список по теме, пользуясь электронным каталогом библиотеки СПбГИПСР.

4. Дайте краткую характеристику профессиональной деятельности ученых, которые внесли значительный вклад в разработку Вашей темы: ФИО, годы жизни, название теории и ее краткая суть, основная публикация, раскрывающая теорию/исследование этого ученого. Объем – 1-2 стр.

5. Составьте 3 открытых вопроса к теме, ответы на которые можно найти в Вашем план-конспекте.



**Самостоятельная работа к теме 2. Эмоционально безопасные условия социального взаимодействия: профилактика насилия в межличностных отношениях**

1. Опираясь на рекомендуемый список литературы и интернет-источники, заслуживающие доверия, оставьте краткий план-конспект, отражающий основные положения темы. Приветствуются схемы. Объем – 1-3 стр.

2. Составьте глоссарий, отражающий ключевые понятия темы. 3-5 понятий.

3. Сделайте библиографический список по теме, пользуясь электронным каталогом библиотеки СПбГИПСР.

4. Дайте краткую характеристику профессиональной деятельности ученых, которые внесли значительный вклад в разработку Вашей темы: ФИО, годы жизни, название теории и ее краткая суть, основная публикация, раскрывающая теорию/исследование этого ученого. Объем – 1-2 стр.

5. Составьте 3 открытых вопроса к теме, ответы на которые можно найти в Вашем план-конспекте.

**Самостоятельная работа к теме 3. Эмоциональный интеллект, социальный интеллект и ценности гражданского общества в деятельности конфликтолога**

1. Опираясь на рекомендуемый список литературы и интернет-источники, заслуживающие доверия, оставьте краткий план-конспект, отражающий основные положения темы. Приветствуются схемы. Объем – 1-3 стр.

2. Составьте глоссарий, отражающий ключевые понятия темы. 3-5 понятий.

3. Сделайте библиографический список по теме, пользуясь электронным каталогом библиотеки СПбГИПСР.

4. Дайте краткую характеристику профессиональной деятельности ученых и практиков, которые внесли значительный вклад в разработку Вашей темы: ФИО, годы жизни, название теории и ее краткая суть, основная публикация, раскрывающая теорию/исследование этого ученого. Объем – 1-2 стр.

5. Составьте 3 открытых вопроса к теме, ответы на которые можно найти в Вашем план-конспекте.

**3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы**

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;
- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;
- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

#### **РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств**

##### **4.1 Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения**

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Эмоциональный и социальный интеллект» относится рубежный контроль в форме контрольной работы, промежуточная аттестация в форме письменного зачета по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание профессионального этического кодекса психолога (РПО, 2012).

##### **Шкала оценивания<sup>3</sup>**

Результаты успешной сдачи зачетов аттестуются оценкой «зачтено», неудовлетворительные результаты оценкой «не зачтено».

«Зачтено» выставляется в случае, если студент продемонстрировал достаточный уровень владения понятийным аппаратом и знанием теории и закономерности учебной дисциплины, решения профессионально-ориентированных задач и междисциплинарных ситуаций.

«Не зачтено» выставляется в случае, если студент не продемонстрировал необходимый минимум теоретических знаний и понятийного аппарата, умений решать практические задачи.

Шкала перевода оценки из пятибалльной системы в систему «зачтено»/«не зачтено»:

---

<sup>3</sup> Критерии оценивания могут уточняться и дополняться в соответствии со спецификой дисциплины, установленных форм контроля, применяемых технологий обучения и оценивания

отлично, хорошо, удовлетворительно (5-3 балла)	«зачтено»
неудовлетворительно (2 балла)	«не зачтено»

### ОТЛИЧНО (5 баллов)

Обучающийся показывает **высокий уровень теоретических знаний**, владеет знаниями об эмоциональном интеллекте, эмпатии, алекситимии, социальном интеллекте, понимает эмоционально безопасные условия социального взаимодействия. Демонстрирует знание ключевых понятий и теорий эмоционального и социального интеллекта; приводит убедительные примеры, делает содержательные выводы при анализе кейсов. **Определяет и глубоко анализирует** потенциал эмоционального и социального интеллекта в саморазвитии и профессиональном росте. **Полно и убедительно описывает** закономерности профилактики насилия в межличностных отношениях на основе эмоционального и социального интеллекта. **Качественно дифференцирует** различные формы токсичных отношений: моббинг, боссинг, харрасмент, буллинг, кибербуллинг, газлайтинг, сталкинг. **Эффективно применяет** теорию эмоционального интеллекта для развития осознанности и управления эмоциями, для улучшения взаимоотношений с людьми. **Понимает** возможность взаимосвязи ценностей гражданского общества в деятельности конфликтолога с его эмоциональным и социальным интеллектом и разрабатывает рекомендации по укреплению ценностей ненасилия, безопасности и ответственности личности за происходящее. **Оптимально владеет навыками** оценки проблем развития эмоционального интеллекта и оценки проблем развития социального интеллекта. **Полно и адекватно** анализирует характеристики эмоционально обусловленного поведения, эмоционально безопасных условий социального взаимодействия и методы управления эмоциями (релаксация, позитивное мышление, когнитивно-поведенческий метод и осознание).

Аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры, обнаруживает аналитический подход в освещении различных концепций, делает содержательные выводы, демонстрирует знание специальной литературы в рамках учебной программы и дополнительных источников информации. На вопросы отвечает четко, логично, уверенно, по существу. Способен принимать быстрые и нестандартные решения.

Многоплановое (комплексное) решение профессионально-ориентированной задачи (кейса)

### ХОРОШО (4 балла)

Обучающийся показывает **достаточный уровень теоретических знаний** об эмоциональном интеллекте, эмпатии, алекситимии, социальном интеллекте, понимает эмоционально безопасные условия социального взаимодействия, **с помощью наводящих вопросов** приводит убедительные примеры и делает содержательные выводы при анализе кейсов. **Не всегда объясняет** взаимосвязь эмоционального и социального интеллекта с саморазвитием и профессиональным ростом. **Не всегда полно и убедительно описывает** закономерности профилактики насилия в межличностных отношениях на основе эмоционального и социального интеллекта. **В целом дифференцирует** различные формы токсичных отношений: моббинг, боссинг, харрасмент, буллинг, кибербуллинг, газлайтинг, сталкинг. **При поддержке педагога применяет** теорию эмоционального интеллекта для развития осознанности и управления эмоциями, для улучшения взаимоотношений с людьми. **Владеет навыками** оценки проблем развития эмоционального интеллекта и оценки проблем развития социального интеллекта. **Не всегда полно** анализирует характеристики эмоционально обусловленного поведения, эмоционально безопасных условий социального взаимодействия и методы управления эмоциями (релаксация, позитивное мышление, когнитивно-поведенческий метод и осознание).

При ответе допускает незначительные ошибки, неточности по критериям, которые не искажают сути ответа. В целом содержательно отвечает на дополнительные вопросы. При этом примеры, иллюстрирующие теоретическую часть ответа, приводит не вполне развернуто и обоснованно.

Решение профессионально-ориентированной задачи (кейса) с незначительными ошибками и неточностями.

### **УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (3 балла)**

Обучающийся **показывает поверхностное владение теоретическими знаниями** и понятийным аппаратом дисциплины «Эмоциональный и социальный интеллект». **Затрудняется ответить** на вопросы о структуре эмоционального интеллекта, причинах эмпатической усталости, природе алекситимии и формах развития социального интеллекта. **С трудом выявляет** значение эмоционального и социального интеллекта для саморазвития и профессионального роста. **Неточно определяет** закономерности профилактики насилия в межличностных отношениях на основе эмоционального и социального интеллекта. **Затрудняется применять** теорию эмоционального интеллекта для развития осознанности и управления эмоциями, для улучшения взаимоотношений с людьми. **Не в полной мере владеет навыками** оценки проблем развития эмоционального интеллекта и оценки проблем развития социального интеллекта. **Слабо анализирует** характеристики эмоционально обусловленного поведения, эмоционально безопасных условий социального взаимодействия и методы управления эмоциями (релаксация, позитивное мышление, когнитивно-поведенческий метод и осознание). **Не всегда адекватно понимает** взаимосвязь ценностей гражданского общества (ценность ненасилия, безопасности и ответственности личности за происходящее) в деятельности конфликтолога с его эмоциональным и социальным интеллектом.

Продемонстрированные базовые знания частичные, отрывочные, бессистемные, теоретические и практические аспекты проблемы не связаны. В основном не может ответить на дополнительные вопросы и привести адекватные примеры

Решение профессионально-ориентированной задачи (кейса) содержит существенные ошибки и неточности.

### **НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (2 балла)**

Обучающийся **показывает крайне низкий уровень** владения теоретическими знаниями и понятийным аппаратом дисциплины «Эмоциональный и социальный интеллект». **Затрудняется ответить** на вопросы о структуре эмоционального интеллекта, причинах эмпатической усталости, природе алекситимии и формах развития социального интеллекта. **Не может разъяснить** значение эмоционального и социального интеллекта для саморазвития и профессионального роста. Профессионально-ориентированная задача (кейс) не решена или содержит грубые ошибки. **Не может объяснить** закономерности профилактики насилия в межличностных отношениях на основе эмоционального и социального интеллекта. **Затрудняется применить** теорию эмоционального интеллекта для развития осознанности и управления эмоциями, для улучшения взаимоотношений с людьми. **Не владеет навыками** оценки проблем развития эмоционального интеллекта и оценки проблем развития социального интеллекта. **Крайне слабо анализирует** характеристики эмоционально обусловленного поведения, эмоционально безопасных условий социального взаимодействия и методы управления эмоциями (релаксация, позитивное мышление, когнитивно-поведенческий метод и осознание). **Не понимает** взаимосвязь ценностей гражданского общества (ценность ненасилия, безопасности и ответственности личности за происходящее) в деятельности конфликтолога с его эмоциональным и социальным интеллектом.

Ответ содержит ряд серьезных ошибок, выводы поверхностны или неверны. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом.

Профессионально-ориентированная задача (кейс) не решена или содержит грубые ошибки.

#### 4.2. Формирование компетенций в процессе освоения дисциплины

Номер темы	Название темы	Код изучаемой компетенции
Тема 1	Эмоциональный и социальный интеллект как фактор саморазвития и профессионального роста	УК-6
Тема 2	Эмоционально безопасные условия социального взаимодействия: профилактика насилия в межличностных отношениях	УК-8
Тема 3	Эмоциональный интеллект, социальный интеллект и ценности гражданского общества в деятельности конфликтолога	УК-11

#### 4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

*Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости)* – задания или иные варианты контроля успеваемости студентов, проводимых преподавателем в процессе изучения дисциплины в форме проверочной (контрольной) работы. Форма контроля – письменная аудиторная работа. Порядок проведения: проводится в середине обучения дисциплине без обращения к интернету, к книгам и записям, т.е. полностью самостоятельно и в присутствии преподавателя.

Критерии оценки: выполнение менее половины заданий – неудовлетворительно; 50-65% правильных ответов – удовлетворительно (3 балла); 66-81% правильных ответов – хорошо (4 балла); 82-100% правильных ответов – отлично (5 баллов).

Примеры вопросов контрольной работы:

1. Что такое биоэтика?
2. Назовите ФИО специалистов, которые внесли вклад в развитие профессиональной этики.
3. Опишите три возможных неэтичных поступка со стороны психолога.

Порядок проведения рубежного контроля регулируется Положением об аттестации учебной работы студентов института.

**Промежуточная аттестация** по дисциплине является итоговой проверкой знаний и компетенций, полученных студентом в ходе изучения дисциплины.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета в письменной форме. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с требованиями Положения об аттестации учебной работы студентов института.

#### **4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины**

##### **Примерные вопросы к зачету**

1. Теория эмоционального интеллекта и саморазвитие личности;
2. Теория эмоционального интеллекта и профессиональный рост личности
3. Теория социального интеллекта и саморазвитие личности;
4. Теория социального интеллекта и профессиональный рост личности
5. Алекситимия, осознание эмоций и эмоциональный интеллект. Причины алекситимии
6. Снижение чрезмерной интенсивности эмоций: самозащита от разрушительных эмоций.
7. Управление эмоциями методом релаксации: прогрессивная мышечная релаксация Джекобсона, аутотренинг, медитация, практика майндфулнесс.
8. Управление эмоциями методом когнитивно-поведенческой терапии
9. Позитивное мышление, стрессоустойчивость и эмоциональная стабильность
10. Коэффициент позитивности в межличностных отношениях
11. Эмоционально обусловленное поведение как препятствие эмоционально безопасному социальному взаимодействию
12. Характеристика эмоционально безопасных условий социального взаимодействия;
13. Психопрофилактика насилия в межличностных отношениях в ситуации моббинга и харассмента
14. Психопрофилактика насилия в межличностных отношениях в ситуации буллинга и кибербуллинга
15. Психопрофилактика насилия в межличностных отношениях в ситуации газлайтинга и сталкинга
16. Социально-компетентное поведение в ситуации токсичных отношений.  
Ненасильственная коммуникация
17. Эмпатия и эмпатическое общение. Эмпатическая усталость и ее профилактика
18. Негативные аспекты применения теории эмоционального интеллекта и ценности гражданского общества: «темная» сторона эмоционального интеллекта
19. Негативные аспекты применения теории социального интеллекта и ценности гражданского общества: «темная» сторона социального интеллекта
20. Разумное соотношение личных и общественных ценностей на основе социального и эмоционального интеллекта

**Типовые задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:**

**Тест 1.** Выберите один правильный ответ.

Понятие эмоционального интеллекта ввели

- a) П. Майер, Дж. Саловей
- b) Р. Йеркс и Дж. Додсон
- c) У. Джемс и К. Ланге

**Тест 2.** Выберите один правильный ответ.

Способность понимать взаимоотношения и управлять ими - это

- a) Социальный интеллект
- b) Социальная компетентность
- c) Эмоциональный интеллект

**Тест 3.** Выберите один правильный ответ.

- 1) Алекситимия является препятствием для развития
  - a) абстрактного интеллекта
  - b) социального интеллекта
  - c) эмоционального интеллекта

**Типовые практико-ориентированные задания**

**Типовое задание 1:**

Александр – приятный собеседник, ценит друзей и лоялен к организации, в которой работает. Единственное, что мешает карьерному росту Александра, - это неумение выступать публично, скованность перед аудиторией.

**Какой вид интеллекта недостаточно развит в данном случае?**

**Типовое задание 2:**

Вера – начинающий автомобилист. Недавно она неудачно припарковалась, заблокировав дверь соседней машины. Вера решила исправить ошибку, но в это время владелица соседней машины грубо отругала ее. Вера, рассердилась и не стала исправлять ошибку, хотя и понимала, что это неправильно.

**Какой вид интеллекта недостаточно развит в данном случае?**

## **РАЗДЕЛ 5. Глоссарий**

**АВТОМАТИЧЕСКИЕ МЫСЛИ** – неприятные мысли, которые возникают у человека, способствуя возникновению или сохранению депрессии, тревоги или других видов психологической дисфункции.

**АЛЕКСИТИМИЯ** – неспособность вербализовать и осознавать эмоции при сохранном интеллекте.

**ВДОХНОВЕНИЕ** – состояние своеобразного напряжения и подъема духовных сил, творческого волнения человека, ведущее к возникновению или реализации замысла и идеи произведения науки, искусства, техники.

**ВНУТРЕННИЙ КОНФЛИКТ**– это столкновение мотивов, ценностей и т.д., сопровождающееся острыми отрицательными переживаниями.

**ВНУТРЕННИЙ КРИЗИС**– это длительное состояние невозможности удовлетворить базовые потребности, от которых невозможно отказаться, сопровождающееся потерей смысла и цели жизни.

**ДОМИНИРУЮЩЕЕ ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ**– состояние, обусловленное значимым событием и сохраняющееся в течение нескольких месяцев (отличие от менее продолжительного актуального психического состояния).

**ИНТЕЛЛЕКТ** – общая адаптационная способность.

**ИНТУИЦИЯ** – способность получать знания без понимания источника и способа их получения; это непосредственное восприятие истины без опоры на доказательства.

**ЙЕРКСА-ДОДСОНА ЗАКОНЫ** – установление зависимости качества (продуктивности) выполняемой деятельности от интенсивности (уровня) мотивации.

**КОГНИТИВНАЯ ТРИАДА** – три направления негативного мышления, которые, согласно Аарону Беку, приводят людей в состояние депрессии. Эта триада включает в себя негативную оценку своего опыта, самого себя и своего будущего.

**КОМПЕТЕНТНОСТЬ** – это специальные знания и умения их гибкого применения.

**КРИЗИСНОЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВО** – метод психологической помощи, при котором делается попытка помочь людям в состоянии психологического кризиса более точно взглянуть на свою ситуацию, принять более эффективное решение и действовать по преодолению кризиса более конструктивно.

**МУДРОСТЬ**– оценка и суждение относительно жизненных ситуаций с опорой на богатый жизненный опыт, на готовность принять относительность ценностей и целей, а также на понимание непредсказуемости и неподконтрольности жизни.

**НАСТРОЕНИЕ** – эмоциональная составляющая состояния человека.



**ОПТИМАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ СТРЕССА**– уровень стресса, поддерживающий высокий уровень энергии и не ведущий к истощению.

**ПРАКТИЧЕСКИЙ ИНТЕЛЛЕКТ**– это способность адаптироваться к повседневной реальности; это способность решать практические профессиональные задачи.

**ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ**– это целостная характеристика психической деятельности и поведения за определенный период времени.

**СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ (СИ)** (англ. Socialintelligence) – способность понимать и управлять социальным поведением.

**СТРЕСС**– неспецифическая реакция организма на любое воздействие (Г.Селье, 1936); это психофизиологическое состояние крайнего напряжения, имеющего негативные последствия для здоровья человека.

**ФРУСТРАЦИЯ** – психическое состояние, возникающее при невозможности достичь цель (удовлетворить потребность) вследствие объективно непреодолимых (или субъективно так воспринимаемых) трудностей; это переживание неудачи.

**ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ГРАМОТНОСТЬ/ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ**– знание законов эмоциональной жизни; эмоциональная грамотность.

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ (ЭИ)** (англ. Emotionalintelligence) – способность к опознанию и пониманию эмоций и управлению ими.

**ЭМПАТИЯ**– 1. понимание через вчувствование, 2. сопереживание.

**РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины****6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3
<b>Основная литература</b>				
1	Андреева И. Н. Азбука эмоционального интеллекта: учебное пособие / И.Н. Андреева. – СПб.: БХВ-Петербург, 2012. – 288 с. – Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=24843">https://ibooks.ru/reading.php?productid=24843</a>	+	+	+
2	Ильин Е. П. Эмоции и чувства: учебное пособие / Е.П. Ильин. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 784 с. - ISBN 978-5-4461-9558-9. - URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/377329/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/377329/reading</a>	+	-	-
3	Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений: учебное пособие / Е.П. Ильин. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 592 с. - ISBN 978-5-4461-9613-5. - URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/377309/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/377309/reading</a>	+	-	-
4	Артюхова, Т. Ю. Психология и педагогика саморазвития студентов высшей школы : учебное пособие для вузов / Т. Ю. Артюхова, О. А. Козырева. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 229 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14705-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/479071">https://urait.ru/bcode/479071</a>	+	-	-
<b>Дополнительная литература</b>				
1	Современные исследования интеллекта и творчества / под ред. А.Л. Журавлева, Д.В. Ушакова, М.А. Холодной. - Москва : Когито-Центр, 2015. - 608 с. - ISBN 978-5-9270-0301-3. - URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/351348/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/351348/reading</a>	-	+	+
2	Стенберг Р. Интеллект успеха / Р. Стенберг. - Минск : Попурри, 2015. - 400 с. - ISBN 978-985-15-2561-0. - URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/351676/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/351676/reading</a>	-	+	+
3	Чернова Г.Р. Психология общения: Учебное пособие. Стандарт третьего поколения / Г.Р. Чернова, Т.В. Слотина. - Санкт-Петербург : Питер, 2015. - 240 с. - ISBN 978-5-496-01849-4. - URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/345122/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/345122/reading</a>	+	+	-

**6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Интернет, используемых при освоении дисциплины**

1. Сайт, посвященный эмоциональному интеллекту [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://eilab.ru/>

2. Статьи об эмоциональном интеллекте [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://flogiston.ru/articles/general/eq>

3. Тест Гилфорда Социальный интеллект [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://psylist.net/praktikum/gilf.htm>

**6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины**

В рамках дисциплины используется лицензионное программное обеспечение (MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint) и обучающие платформы (1-С: Электронное обучение. Корпоративный университет, MS Teams).

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

Гарант-Образование: информационно-правовое обеспечение: [сайт]. – Москва. – Обновляется в течение суток. – URL: <http://study.garant.ru/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Электронная библиотека СПбГИПСР // Библиотека СПбГИПСР: [сайт]. – Санкт-Петербург, [2014] – URL: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=456](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456) (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Электронный каталог // Библиотека СПбГИПСР: [сайт]. – Санкт-Петербург, [2014] – URL: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=435](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435) (дата обращения: 28.04.2021).

ЮРАЙТ: образовательная платформа: [сайт]. – Москва, 2013 – URL: <https://urait.ru/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

East View: information services: [сайт]. – [Москва], [1989] – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

ibooks.ru: электронно-библиотечная система: [сайт]. – Санкт-Петербург, 2010 – URL: <https://ibooks.ru> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Заведующая библиотекой

\_\_\_\_\_ Г.Л. Горохова

(подпись, расшифровка)