

Федеральное государственное бюджетное учреждение высшего образования  
**«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»**  
**(Финансовый университет)**  
 Калужский филиал

**Календарный учебный график**  
 программы повышения квалификации

«Стресс-менеджмент, самоменеджмент и личная эффективность в условиях неопределенности»

Объем программы – 36 час.

Продолжительность обучения – 1 неделя

Форма обучения – заочная, с применением дистанционного обучения

№ п/п	Наименование тем	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	КР	Р	П	С	ПА	ИА	Всего
1	Стресс-менеджмент как теория и практика управления стрессом	3									Тестирование		3
2	Стресс-менеджмент в ситуационном контексте	3									Тестирование		3
3	Преодолевающее поведение в стрессовых ситуациях		4								Тестирование		4
4	Лидерство и стиль руководства в управлении стрессом		4								Тестирование		4
5	Социально-психологический климат			4							Тестирование		4
6	Личная эффективность в условиях неопределённости и риска			4							Тестирование		4
7	Конфликты и управление конфликтами				4						Тестирование		4
8	Стресс-менеджмент в деловом взаимодействии				4						Тестирование		4
9	Самоменеджмент и личная эффективность					4					Тестирование		4
10	Итоговая аттестация: (зачет)					2					Тестирование	2	2
	Всего	6	8	8	8	6							36

Начальник отдела ДОПиТВ



А.С. Ремизова

Условные обозначения: КР – контактная работа; СР – самостоятельная работа; ПА – промежуточная аттестация; С – стажировка; ИА – итоговая аттестация.