

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УВР
_____ С.Н. Киселев
23.04.2024 г.

Профилактика и коррекция профессионального выгорания социальных работников в учреждениях здравоохранения рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой Педагогика и психология

Учебный план 390302-1-2024.plx
39.03.02 Социальная работа
Направленность "Социальная работа"
Квалификация Бакалавр
Форма обучения очная
Общая трудоемкость 4 ЗЕТ

Часов по учебному плану 144
в том числе:
аудиторные занятия 58
самостоятельная работа 50
часов на контроль 36

Виды контроля в семестрах:
экзамены 7

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>. <Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
	17,2			
Неделя	17,2			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	24	24	24	24
Практические	34	34	34	34
Итого ауд.	58	58	58	58
Контактная работа	58	58	58	58
Сам. работа	50	50	50	50
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	144	144	144	144

Программу составил(и):

старший преподаватель, Крапивина Ирина Владимировна _____

Рецензент(ы):

к.п.н., Зав. кафедрой, Перевезенцева Наталия Леонидовна _____

Рабочая программа дисциплины

Профилактика и коррекция профессионального выгорания социальных работников в учреждениях здравоохранения

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа (приказ Минобрнауки России от 05.02.2018 г. № 76)

составлена на основании учебного плана:

39.03.02 Социальная работа

Направленность "Социальная работа"

утвержденного учёным советом вуза от 23.04.2024 протокол № 10.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Педагогика и психология

Протокол от _____ 2024 г. № ____

Зав. кафедрой Перевезенцева Наталия Леонидовна

Председатель методического совета факультета

И.В. Крапивина _____

Протокол от _____ 2024 г. № ____

1. ЦЕЛИ и ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	Целью освоения дисциплины «Профилактика и коррекция профессионального выгорания социальных работников в учреждениях здравоохранения» является формирование профессиональных компетенций в области сохранения психического здоровья, деятельности по профилактике синдрома эмоционального выгорания, основанных на знании об эмоциональном выгорании как о виде профессиональной деформации, предпосылки возникновения и особенностях протекания синдрома, на овладении технологией его диагностики, профилактики и коррекции.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Управление конфликтами в учреждениях здравоохранения
2.1.2	Психолого-педагогические технологии социальной работы в учреждениях здравоохранения
2.1.3	Психология социальной работы
2.1.4	Теория и практика социальных коммуникаций
2.1.5	Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально ориентированными НКО
2.1.6	Профессиограмма социального работника
2.1.7	Психология
2.1.8	Социальное служение
2.1.9	Арт-терапия в медицинских учреждениях
2.1.10	Социология
2.1.11	Введение в профессию Социальная работа
2.1.12	Культурология
2.1.13	Основы социальной медицины
2.1.14	Социальная экология
2.1.15	Философские основы социальной работы
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Инновационные формы и методы социальной работы в учреждениях здравоохранения
2.2.2	Конфликтология в социальной работе
2.2.3	Современные теории социального благополучия
2.2.4	Социальная работа в психиатрии и наркологии
2.2.5	Социальная работа с онкобольными в хосписе
2.2.6	Подготовка и сдача государственного экзамена
2.2.7	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	
УК-6.1:	Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей
УК-6.2:	Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста
УК-6.3:	Оценивает требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста
УК-6.4:	Строит профессиональную карьеру и определяет стратегию профессионального развития
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
УК-7.1:	Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
УК-7.2:	Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
УК-7.3:	Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте пакт.	Примечание
	Раздел 1. Понятие «эмоциональное выгорание» в историческом и современном контексте						
1.1	Понятие «эмоциональное выгорание» в историческом и современном контексте /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.1 Л2.4		Конспект
1.2	Понятие «эмоциональное выгорание» в историческом и современном контексте /Пр/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1 Л1.1Л2.3 Л2.4		Доклад, презентация
1.3	Понятие «эмоциональное выгорание» в историческом и современном контексте /Ср/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1 Л1.1Л2.3 Л2.4		Тестовый контроль
1.4	1. Основные направления психологической профилактики «выгорания». 2. Практическое обучение, направленное на развитие ресурсов противодействия «выгоранию», формирование духовного благополучия и психологического (душевного) комфорта. /Экзамен/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
	Раздел 2. Стадии развития профессионального «выгорания» и его влияние на личность профессионала						
2.1	Стадии развития профессионального «выгорания» и его влияние на личность профессионала /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Конспект
2.2	Стадии развития профессионального «выгорания» и его влияние на личность профессионала /Пр/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Доклад, презентация, реферат
2.3	Стадии развития профессионального «выгорания» и его влияние на личность профессионала /Ср/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
2.4	1. Способы преодоления синдрома «профессионального выгорания»: предотвращение; профилактика возникновения этого состояния, ориентированная на принципы раннего, систематического и длительного применение профилактических мер. 2. Особенности и виды психопрофилактики «профессионального выгорания». 3. Основные направления психологической профилактики «выгорания». 4. Практическое обучение, направленное на развитие ресурсов	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль

	противодействия «выгоранию», формирование духовного благополучия и психологического (душевного) комфорта. 5. Личностные ресурсы противодействия профессиональному «выгоранию». 6. Информационные и инструментальные ресурсы противодействия профессиональному «выгоранию». /Экзамен/						
	Раздел 3. Симптомы и фазы профессионального «выгорания»						
3.1	Симптомы и фазы профессионального «выгорания» /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1 Л2.3 Л2.4 Л1.1		Конспект
3.2	Симптомы и фазы профессионального «выгорания» /Пр/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.3 Л2.4 Л1.1		Доклад, презентация, реферат
3.3	Симптомы и фазы профессионального «выгорания» /Ср/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1 Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
3.4	7. Стратегии, способствующие предотвращению и уменьшению риска профессионального «выгорания». 8. Направления в профилактической деятельности на различных уровнях. Уровень института повышения квалификации работников. 9. Эмоции: понятие, характеристика, механизмы образования. 10. Классификация и функции эмоций. 11. Эмоционально-волевая регуляция деятельности. 12. Механизмы формирования эмоционального «выгорания» в трудах отечественных и зарубежных исследователей. /Экзамен/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1 Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
	Раздел 4. Факторы, детерминирующие формирование профессионального «выгорания»						
4.1	Факторы, детерминирующие формирование профессионального «выгорания» /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1 Л2.3 Л2.4 Л1.1		Конспект
4.2	Факторы, детерминирующие формирование профессионального «выгорания» /Пр/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1 Л2.3 Л2.4 Л1.1		Доклад, презентация, реферат
4.3	Факторы, детерминирующие формирование профессионального «выгорания» /Ср/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1 Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
4.4	13. Интегративная модель эмоционального «выгорания».	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1 Л2.3		Тестовый контроль

	14. Однофакторная модель эмоционального выгорания. 15. Двухфакторная модель эмоционального выгорания. 16. Трехфакторная модель эмоционального выгорания. 17. Основные и факультативные признаки эмоционального «выгорания». 18. Эмоциональная истощенность. /Экзамен/			УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л2.4 Л1.1		
	Раздел 5. Эмоции и эмоциональные состояния. Эмоциональное «выгорание» как психологический феномен.						
5.1	Эмоции и эмоциональные состояния. Эмоциональное «выгорание» как психологический феномен. /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Конспект
5.2	Эмоции и эмоциональные состояния. Эмоциональное «выгорание» как психологический феномен. /Пр/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Доклад, презентация, реферат
5.3	Эмоции и эмоциональные состояния. Эмоциональное «выгорание» как психологический феномен. /Ср/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
5.4	17. Основные и факультативные признаки эмоционального «выгорания». 18. Эмоциональная истощенность. 19. Деперсонализация, как деформации отношений с другими людьми. 20. Сокращенная профессиональная реализация. 21. Фазы и симптомы «выгорания». 22. Методика диагностики уровня эмоционального «выгорания» (модификация методики В.В. Бойко). /Экзамен/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
	Раздел 6. Методы диагностики и коррекции уровня профессионального «выгорания»						
6.1	Методы диагностики и коррекции уровня профессионального «выгорания» /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Конспект
6.2	Методы диагностики и коррекции уровня профессионального «выгорания» /Пр/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Доклад, презентация, реферат
6.3	Методы диагностики и коррекции уровня профессионального «выгорания» /Ср/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
6.4	23. Экспресс-оценка «выгорания» (Капови В., Новак Т.). 24. Определение психического «выгорания» (А.А. Руквишников). 25. Методика диагностики профессионального выгорания	7	3	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль

	(К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой). 26. Методические мероприятия с использованием интерактивных форм работы «Пути преодоления профессионального «выгорания»: тесты, игры, управление дыханием, упражнение на самоодобрение (самопоощрение). 27. Методы диагностики субъективного контроля. /Экзамен/						
	Раздел 7. Диагностика субъективного контроля						
7.1	Диагностика субъективного контроля /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Конспект
7.2	Диагностика субъективного контроля /Пр/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Доклад, презентация, реферат
7.3	Диагностика субъективного контроля /Ср/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
7.4	27. Методы диагностики субъективного контроля. 28. Шкала общей интернальности. 29. Шкала интернальности в области достижений. 30. Шкала интернальности в области неудач. 31. Шкала интернальности в области производственных отношений. 32. Шкала интернальности в семейных отношениях. 33. Шкала интернальности в области межличностных отношений. /Экзамен/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
	Раздел 8. Личностные особенности как способ профилактики синдрома профессионального «выгорания»						
8.1	Личностные особенности как способ профилактики синдрома профессионального «выгорания» /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Конспект
8.2	Личностные особенности как способ профилактики синдрома профессионального «выгорания» /Пр/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Доклад, презентация, реферат
8.3	Личностные особенности как способ профилактики синдрома профессионального «выгорания» /Ср/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
8.4	31. Шкала интернальности в области производственных отношений. 32. Шкала интернальности в семейных отношениях. 33. Шкала интернальности в области	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль

	межличностных отношений. 34. Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни. 35. Общая характеристика эмоций и чувств человека, их функции. 36. Виды эмоций, их классификация. 37. Формы выражения и переживания эмоций и чувств. 38. Эмоциональные состояния человека /Экзамен/						
	Раздел 9. Виды психологической профилактики синдрома профессионального «выгорания»						
9.1	Виды психологической профилактики синдрома профессионального «выгорания» /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Конспект
9.2	Виды психологической профилактики синдрома профессионального «выгорания» /Пр/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Доклад, презентация, реферат
9.3	Виды психологической профилактики синдрома профессионального «выгорания» /Ср/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
9.4	35. Общая характеристика эмоций и чувств человека, их функции. 36. Виды эмоций, их классификация. 37. Формы выражения и переживания эмоций и чувств. 38. Эмоциональные состояния человека. 39. Основные качественные характеристики чувств. Динамика развития чувств. 40. Методы изучения эмоций и чувств человека. Управление эмоциями и чувствами. /Экзамен/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль
	Раздел 10. Приоритеты в профилактике профессионального «выгорания»						
10.1	Приоритеты в профилактике профессионального «выгорания» /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Конспект
10.2	Приоритеты в профилактике профессионального «выгорания» /Пр/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Доклад, презентация, реферат
10.3	Приоритеты в профилактике профессионального «выгорания» /Ср/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л1.1		Тестовый контроль
10.4	38. Эмоциональные состояния человека. 39. Основные качественные характеристики чувств. Динамика развития чувств.	7	3	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л2.1Л2.3 Л2.4 Л1.1		Тестовый контроль

	40. Методы изучения эмоций и чувств человека. Управление эмоциями и чувствами. 41. Саморегулирование в сфере чувств. /Экзамен/						
	Раздел 11. Способы саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний						
11.1	Способы саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3			
11.2	Способы саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний /Пр/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3			Доклад, презентация, реферат
11.3	Способы саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний /Ср/	7	5	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3			Тестовый контроль
11.4	40. Методы изучения эмоций и чувств человека. Управление эмоциями и чувствами. 41. Саморегулирование в сфере чувств. 42. Мотивационная сфера личности и волевая активность. /Экзамен/	7	3	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3			Тестовый контроль
	Раздел 12. Приемы визуализации в профилактике синдрома выгорания. Активизирующие техники и методы релаксации.						
12.1	Приемы визуализации в профилактике синдрома выгорания. Активизирующие техники и методы релаксации. /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3			
12.2	Приемы визуализации в профилактике синдрома выгорания. Активизирующие техники и методы релаксации /Пр/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3			Доклад, презентация, реферат
12.3	Приемы визуализации в профилактике синдрома выгорания. Активизирующие техники и методы релаксации. /Ср/	7	5	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3			Тестовый контроль
12.4	41. Саморегулирование в сфере чувств. 42. Мотивационная сфера личности и волевая активность. 43. Волевые действия в экстремальных условиях. 44. Диагностика состояний человека. /Экзамен/	7	3	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3 УК-6.4 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3			Тестовый контроль

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

5.1. Контрольные (экзаменационные) вопросы и задания

Вопросы к экзамену:

1. Способы преодоления синдрома «профессионального выгорания»: предотвращение; профилактика возникновения этого состояния, ориентированная на принципы раннего, систематического и длительного применения профилактических мер.

2. Особенности и виды психопрофилактики «профессионального выгорания».
3. Основные направления психологической профилактики «выгорания».
4. Практическое обучение, направленное на развитие ресурсов противодействия «выгоранию», формирование духовного благополучия и психологического (душевного) комфорта.
5. Личностные ресурсы противодействия профессиональному «выгоранию».
6. Информационные и инструментальные ресурсы противодействия профессиональному «выгоранию».
7. Стратегии, способствующие предотвращению и уменьшению риска профессионального «выгорания».
8. Направления в профилактической деятельности на различных уровнях. Уровень института повышения квалификации работников.
9. Эмоции: понятие, характеристика, механизмы образования.
10. Классификация и функции эмоций.
11. Эмоционально-волевая регуляция педагогической деятельности.
12. Механизмы формирования эмоционального «выгорания» в трудах отечественных и зарубежных исследователей.
13. Интегративная модель эмоционального «выгорания».
14. Однофакторная модель эмоционального выгорания.
15. Двухфакторная модель эмоционального выгорания.
16. Трехфакторная модель эмоционального выгорания.
17. Основные и факультативные признаки эмоционального «выгорания».
18. Эмоциональная истощенность.
19. Деперсонализация, как деформации отношений с другими людьми.
20. Сокращенная профессиональная реализация.
21. Фазы и симптомы «выгорания».
22. Методика диагностики уровня эмоционального «выгорания» (модификация методики В.В. Бойко).
23. Экспресс-оценка «выгорания» (Капови В., Новак Т.).
24. Определение психического «выгорания» (А.А. Руковишников).
25. Методика диагностики профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой).
26. Методические мероприятия с использованием интерактивных форм работы «Пути преодоления профессионального «выгорания»: тесты, игры, управление дыханием, упражнение на самоодобрение (самопоощрение).
27. Методы диагностики субъективного контроля.
28. Шкала общей интернальности.
29. Шкала интернальности в области достижений.
30. Шкала интернальности в области неудач.
31. Шкала интернальности в области производственных отношений.
32. Шкала интернальности в семейных отношениях.
33. Шкала интернальности в области межличностных отношений.
34. Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни.
35. Общая характеристика эмоций и чувств человека, их функции.
36. Виды эмоций, их классификация.
37. Формы выражения и переживания эмоций и чувств.
38. Эмоциональные состояния человека.
39. Основные качественные характеристики чувств. Динамика развития чувств.
40. Методы изучения эмоций и чувств человека. Управление эмоциями и чувствами.
41. Саморегулирование в сфере чувств.
42. Мотивационная сфера личности и волевая активность.
43. Волевые действия в экстремальных условиях.
44. Диагностика состояний человека.

5.2. Темы письменных работ (рефераты, контрольные)

Тематика рефератов:

1. Синдром профессионального выгорания и его влияние на психологическое здоровье сотрудника.
2. Взаимосвязь профессионального выгорания и творческого потенциала сотрудника.
3. Виды эмоциональных состояний.
4. Влияние профессионального выгорания сотрудника на стиль профессионального управления.
5. Влияние психологической напряженности на процесс общения сотрудника с коллегами.
6. Деперсонализация как составляющая профессиональных деформаций и психологическая защита социальных работников и психологов.
7. Диагностика психофизиологических состояний.
8. Диагностика стрессоустойчивости.
9. Копинг-стратегии.
10. Концепция выгорания с позиции системного подхода.
11. Социально-психологические факторы, обуславливающие синдром эмоционального сгорания у социальных работников.
12. Методы оперативной функциональной диагностики состояния эмоционально-волевой сферы.
13. Структурно - функциональная организация и генезис синдрома психического выгорания.
14. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии.
15. Основные направления профилактики эмоционального выгорания.
16. Основные подходы к изучению профессионального стресса.

17. Особенности профессионального выгорания как нарушенной идентичности.
18. Особенности профессиональной деформации личности разного возраста.
19. Параметры измерения и оценки эмоциональных состояний.
20. Поведенческие стереотипы в контексте рассмотрения профессиональной деформации.
21. Позитивное самоотношение сотрудника как фактор устойчивости к "выгоранию".
22. Предупреждение профессионального выгорания.
23. Преодоление личностно-профессиональных деформаций сотрудника через его включение в инновационную деятельность.
24. Проблема профессиональных деформаций личности в современных исследованиях.
25. Противодействие профессиональным деформациям.
26. Профессиональное здоровье: как его сохранить и укрепить.
27. Профессиональное самосознание и синдром эмоционального выгорания.
28. Профилактика профессиональной деформации: личностно-ориентированный подход.
29. Профилактика синдрома профессионального выгорания (диагностика, тренинги, упражнения).
30. Психологическая защита в стрессовых ситуациях.
31. Психологический тренинг профилактики эмоционального выгорания и профессиональной дезадаптации.
32. Психофизиологические механизмы эмоциональной регуляции и деятельности.
33. Синдром выгорания: диагностика и профилактика.
34. Синдром психического выгорания в коммуникативных профессиях.
35. Синдром психического выгорания как дезадаптационный процесс.
36. Синдром эмоционального выгорания: проблемы и способы коррекции.
37. Состояние монотонии и способы его снятия.
38. Состояние утомления и способы его коррекции.
39. Состояние эмоциональной напряженности в профессиональной деятельности.
40. Стрессы на рабочем месте: руководители и их совладающее поведение.
41. Типологические особенности сотрудников с различным уровнем выраженности синдрома "психического выгорания".
42. Усиление мотивации как главная функция волевой регуляции поведения.
43. Факторы стрессоустойчивости.
44. Феномен эмоционального выгорания и его предупреждение.
45. Эмоции и когнитивная деятельность.
46. Эмоционально-стрессовая психокоррекция.
47. Эмпатия как фактор предупреждения профессиональных деформаций.

5.3. Фонд оценочных средств

Экзамен
Реферат
Тест

5.4. Примеры оценочных средств (5 тестов, 2 задачи)

1. Функциональные нарушения, связанные с работой у специалистов социэкономических (направленных на оказание помощи людям) профессий системы «человек-человек» называется:
 - # 1. профессиональной усталостью
 - # 2. переутомлением
 - # 3. апатией
 - @ 4. профессиональным выгоранием
2. Ощущение эмоционального перенапряжения, чувства опустошённости, истощения своих эмоциональных ресурсов называется:
 - # 1. эмоциональное истощение
 - @ 2. деперсонализация
 - # 3. депрессия
 - # 4. психическая напряженность
3. «Эмоциональное выгорание» сопровождается:
 - # 1. чувством вины и подавленностью
 - @ 2. возбуждением, агрессией, раздражительностью
 - # 3. повышенным настроением
 - # 4. безразличием
4. Впервые термин «выгорание» ввел:
 - @ 1. Х. Френденбергер
 - # 2. Б. Хартман
 - # 3. К. Маслач
 - # 4. В. Бойко
5. Первая фаза «эмоционального выгорания» называется:
 - # 1. резистенции
 - # 2. истощения
 - @ 3. напряжения
 - # 4. утомления

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)				
6.1. Рекомендуемая литература				
6.1.1. Основная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Столяренко Л.Д	Основы психологии. Учебное пособие: 21-е изд.	<Феникс>, 2008	12
Л1.2	Столяренко Л.Д	Основы психологии. Практикум: 11-е изд.	<Феникс>, 2009	260
6.1.2. Дополнительная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Глуханюк Н.С, Щипанова Д.Е	Психодиагностика. Учебник: 2-е изд., испр.	"Академия", 2013	15
Л2.2	Ильин Е.П	Эмоции и чувства. Учебное пособие: 2-е изд.	Питер, 2013	15
Л2.3	Маклаков А.Г (ред.)	Профессиональный психологический отбор персонала. Теория и практика. Учебник	Питер, 2008	10
Л2.4	Утлик Э.П	Психология личности. Учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования: 2-е изд., испр.	"Академия", 2013	15
6.3.1 Перечень программного обеспечения				
6.3.1.1	Операционная система Windows (537 лицензий), лицензии 40745181, 41710912, 42042490, 42095524, 42579648, 42579652, 42865595, 43187054, 43618927, 44260390, 44260392, 44291939, 44643777, 44834966, 44937940, 45026378, 45621576, 45869271, 46157047, 46289102, 46822960, 47357958, 47558099, 48609670, 48907948, 49340641, 49472543, 60222812, 60791826, 60948081, 61046678, 61887281, 62002931, 62354902, 62728014, 62818148			
6.3.1.2	Программа Abbyy Fine Reader 8 сетевая версия (25 лицензий), идентификационный номер пользователя: 15806			
6.3.1.3	Антивирус Kaspersky Endpoint Security для бизнеса-Стандартный (537 лицензий), 1D24-141222-075052			
6.3.1.4	Программа Statsoft Statistica версия 6.1 серия: 1203d (3 лицензии), Номер эл. ключа: БЯВ08I29 0849y21506A01			
6.3.1.5	Программное обеспечение Microsoft Office (537 лицензий), лицензии 40745181, 41710912, 42042490, 42095524, 42579648, 42579652, 42865595, 43187054, 43618927, 44260390, 44260392, 44291939, 44643777, 44834966, 44937940, 45026378, 45621576, 45869271, 46157047, 46289102, 46822960, 47357958, 47558099, 48609670, 48907948, 49340641, 49472543, 60222812, 60791826, 60948081, 61046678, 61887281, 62002931, 62354902, 62728014, 62818148			
6.3.1.6	Программа Abbyy Fine Reader 10 сетевая версия (25 лицензий), идентификационный номер пользователя:30419			
6.3.2 Перечень информационных справочных систем				

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)			
Аудитория	Назначение	Оснащение и ПО	Вид работ
УК-1-511	Практические занятия, лекции	Ноутбук (1), телевизор (1), доска (1)	
УК-1-515	Практические занятия, лекции	Ноутбук (1), телевизор (1), доска (1)	
УК-1-328- Читальный зал	Читальный зал	• библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет	