

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«БРАТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Базовая кафедра истории, педагогики и психологии

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе

_____ Е.И.Луковникова

« _____ » декабря 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГОВ**

Б1.В.ДВ.13.02

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ

44.03.01 Педагогическое образование

ПРОФИЛЬ ПОДГОТОВКИ

Дошкольное образование

Программа академического бакалавриата

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

1.	ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	3
2.	МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	4
3.	РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОБЪЕМА ДИСЦИПЛИНЫ	
3.1	Распределение объёма дисциплины по формам обучения.....	4
3.2	Распределение объёма дисциплины по видам учебных занятий и трудоемкости	5
4.	СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	
4.1	Распределение разделов дисциплины по видам учебных занятий	5
4.2	Содержание дисциплины, структурированное по разделам и темам	7
4.3	Лабораторные работы.....	8
4.4	Семинары / практические занятия.....	9
4.5	Контрольные мероприятия: курсовой проект (курсовая работа), контрольная работа, РГР, реферат.....	9
5.	МАТРИЦА СООТНЕСЕНИЯ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ К ФОРМИРУЕМЫМ В НИХ КОМПЕТЕНЦИЯМ И ОЦЕНКЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	10
6.	ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	11
7.	ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11
8.	ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО – ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ» НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	12
9.	МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ.....	12
9.1.	Методические указания для обучающихся по выполнению лабораторных работ/ семинаров / практических работ	12
9.2.	Методические указания по выполнению курсового проекта (курсовой работы), контрольной работы, РГР, реферата	21
10.	ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ	21
11.	ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ	21
	Приложение 1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.....	22
	Приложение 2. Аннотация рабочей программы дисциплины	28
	Приложение 3. Протокол о дополнениях и изменениях в рабочей программе	29
	Приложение 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости по дисциплине.....	30

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Вид деятельности выпускника

Дисциплина охватывает круг вопросов психолого-педагогического сопровождения общего образования, профессионального образования, дополнительного образования и профессионального обучения в соответствии с компетенциями и видами деятельности, указанными в учебном плане.

Цель дисциплины

Систематизации знаний студентов по проблеме профессионального выгорания педагогов, а также формирование умений и навыков по разработке программ (психологических технологий), направленных на обучение приемам психической саморегуляции.

Задачи дисциплины

- ознакомить студентов с теоретическими основами профессионального выгорания педагогов;
- в процессе изучения методов и конкретных методик саморегуляции способствовать практическому освоению их студентами;
- помочь адаптации студентов к условиям вузовского обучения, а также начальному профессиональному и личностному самоопределению студентов.

Код компетенции	Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
1	2	3
ОК-6	Способность к самоорганизации и самообразованию.	знать: пути и средства устранения недостатков, препятствующих успешному личностному и профессиональному развитию и росту уметь: критически оценивать достоинства и недостатки, а также сильные и слабые стороны своей профессиональной деятельности. владеть: основами самоорганизации и самообразования; навыками самостоятельной научно-исследовательской работы; способностью формулировать результат.
ОПК-1	Готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности.	знать: сущность мотивации, лидерства для решения управленческих задач, социальную значимость будущей профессии, требования государственного стандарта к личности учителя, особенности и пути подготовки учителя, основные этапы и способы профессионального самовоспитания и саморазвития. уметь: решать различные задачи образовательного процесса, выявлять, описывать и объяснять педагогические факты, явления и процессы в реальной жизни; формировать первичные навыки исследовательской работы и профессиональной рефлексии (самооценки). владеть: навыками ориентации профессиональных источников информации (журнал, сайты, образовательные порталы и т. д.).
ПК-2	Способность использовать современные методы	знать: концептуальную базу содержания духовно-нравственного развития и воспитания лично-

	и технологии обучения и диагностики.	сти гражданина России; нормативно-правовую и концептуальную базу содержания программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях. уметь: использовать методы психологической и педагогической диагностики для решения задач духовно-нравственного воспитания; учитывать в педагогическом взаимодействии индивидуально-возрастные особенности учащихся; анализировать, прогнозировать и проектировать педагогические ситуации; владеть: способами диагностики уровня воспитанности учащихся; осуществления духовно-нравственного воспитания и сопровождения процессов подготовки обучающихся к сознательному выбору профессии.
--	--------------------------------------	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина Б1.В.ДВ.13.02 «Профессиональное выгорание педагогов» относится к вариативной части.

Дисциплина «Профессиональное выгорание педагогов» базируется на знаниях, полученных при изучении таких образовательных дисциплин, как «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Педагогическая психология».

Основываясь на изучении перечисленных дисциплин, «Профессиональное выгорание педагогов» представляет основу для изучения дисциплин: «Методическая работа в дошкольном образовательном учреждении», «Управление дошкольным образовательным учреждением».

Такое системное междисциплинарное изучение направлено на достижение требуемого ФГОС уровня подготовки по квалификации бакалавр.

3. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОБЪЕМА ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Распределение объема дисциплины по формам обучения

Форма обучения	Курс	Семестр	Трудоемкость дисциплины в часах						Курсовая работа (проект), контрольная работа, реферат, РГР	Вид промежуточной аттестации
			Всего часов	Аудиторных часов	Лекции	Лабораторные работы	Практические занятия	Самостоятельная работа		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Очная	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Заочная	4	-	180	16	8	-	8	155	-	экзамен
Заочная (ускоренное обучение)	2	-	180	14	8	-	6	157	-	экзамен
Очно-заочная	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

3.2. Распределение объема дисциплины по видам учебных занятий и трудоемкости

Вид учебных занятий	Трудоемкость (час.)	в т.ч. в интерактивной, активной, инновационной формах, (час.)	Распределение по семестрам, час
			4
1	2	3	4
I. Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)	16	6*	16
Лекции (Лк)	8	2	8
Практические занятия (ПЗ)	8	4	8
Групповые (индивидуальные) консультации	+	-	+
II. Самостоятельная работа обучающихся (СР)	155	-	155
Подготовка к практическим занятиям	100	-	100
Подготовка к экзамену в течение семестра	55	-	55
III. Промежуточная аттестация экзамен	9	-	9
Общая трудоемкость дисциплины час. зач. ед.	180	-	180
	5	-	5

*Для заочной (ускоренной) формы обучения – 4 часа

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Распределение разделов дисциплины по видам учебных занятий

- для заочной формы обучения:

№ раздела и темы	Наименование раздела и тема дисциплины	Трудоемкость, (час.)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость; (час.)		
			учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся
			Лекции	практические занятия	
1	2	3	4	5	6
1.	Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.	42	2	2	38
1.1.	Исторический аспект проблемы профессионального выгорания в помогающих профессиях.	21	1	1	19
1.2	Профессиональное выгорание как психологический феномен.	21	1	1	19
2.	Общая характеристика профессионального выгорания педагогов.	42	2	2	38
2.1.	Факторы приводящие к про-	21	1	1	19

	фессиональному выгоранию педагогов.				
2.2.	Симптомы, фазы профессионального выгорания педагогов.	21	1	1	19
3.	Методы психологической саморегуляции функциональных состояний.	42	2	2	38
3.1	Методы диагностики уровня профессионального выгорания.	21	1	1	19
3.2	Методы коррекции уровня профессионального выгорания.	21	1	1	19
4.	Профилактика неблагоприятных состояний человека.	45	2	2	41
4.1	Цели и задачи профилактики профессионального выгорания педагогов.	22	1	1	20
4.2	Виды психологической профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов.	23	1	1	21
	ИТОГО	171	8	8	155

- для заочной (ускоренной) формы обучения:

№ раздела и темы	Наименование раздела и тема дисциплины	Трудоемкость, (час.)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость; (час.)		
			учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся
			Лекции	практические занятия	
1	2	3	4	5	6
1.	Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.	41	2	1	38
1.1.	Исторический аспект проблемы профессионального выгорания в помогающих профессиях.	20,5	1	0,5	19
1.2	Профессиональное выгорание как психологический феномен.	20,5	1	0,5	19
2.	Общая характеристика профессионального выгорания педагогов.	41	2	1	38
2.1.	Факторы приводящие к профессиональному выгоранию педагогов.	20,5	1	0,5	19
2.2.	Симптомы, фазы профессионального выгорания педагогов.	20,5	1	0,5	19

	ГОВ.				
3.	Методы психологической саморегуляции функциональных состояний.	44	2	2	40
3.1	Методы диагностики уровня профессионального выгорания.	22	1	1	20
3.2	Методы коррекции уровня профессионального выгорания.	22	1	1	20
4.	Профилактика неблагоприятных состояний человека.	45	2	2	41
4.1	Цели и задачи профилактики профессионального выгорания педагогов.	22	1	1	20
4.2	Виды психологической профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов.	23	1	1	21
	ИТОГО	171	8	6	157

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам и темам

Раздел 1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.

Лекция №1

Тема: Исторический аспект проблемы профессионального выгорания в помогающих профессиях.

История возникновения понятие профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий. Причины возникновения синдрома профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий. Условия (факторы) профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий. Механизмы формирования профессионального выгорания педагогов в трудах отечественных и зарубежных исследователей.

Лекция №2

Тема: Профессиональное выгорание как психологический феномен.

Эмоции: понятие, характеристика, механизмы образования. Классификация и функции эмоций. Эмоционально-волевая регуляция педагогической деятельности. Интегративная модель эмоционального выгорания.

Раздел 2.. Общая схема-характеристика профессионального выгорания педагогов.

Лекция №3

Тема: Факторы приводящие к профессиональному выгоранию педагогов. (лекции-презентации).

Однофакторная модель профессионального выгорания педагогов. Двухфакторная модель профессионального выгорания педагогов. Трехфакторная модель профессионального выгорания педагогов.

Лекция №4

Тема: Симптомы, фазы профессионального выгорания педагогов. (лекции-презентации).

Основные и факультативные признаки профессионального выгорания педагогов. Эмоциональная истощенность. Деперсонализация, как деформации отношений с другими людьми. Сокращенная профессиональная реализация. Фазы и симптомы выгорания.

Раздел 3. Методы психологической саморегуляции функциональных состояний.

Лекция №5

Тема: Методы диагностики уровня профессионального выгорания. (лекции-презентации).

Методика диагностики уровня эмоционального выгорания (модификация методики В.В. Бойко). Инструкция. Текст опросника. Ключ к методике. Анализ итогов теста. Экспресс-оценка «выгорания» (Капови В., Новак Т.). Оценка результатов. Определение психического «выгорания» (А.А.Руковишников). Инструкция. Текст опросника. Обработка и интерпретация данных. Содержательные характеристики шкал. Методика диагностики профессионального выгорания (К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой). Инструкция. Текст опросника. Ключ к методике. Анализ итогов теста. Методические мероприятия с использованием интерактивных форм работы с педагогами/ Пути преодоления профессионального выгорания педагога: Тест на профессиональное выгорание. Игра «Чудесный мешочек!». Управление дыханием. Упражнение на самоодобрение (самопоощрение).

Лекция №6

Тема: Методы коррекции уровня профессионального выгорания. (лекции-презентации).

Основные методы коррекции профессионального выгорания педагогов. Индивидуальная и групповая формы работы. Цель и задачи индивидуальной и групповой работы тренинга. Личностные ресурсы, развиваемые групповой работе. Режим занятий. Специфические черты тренинга. Организационные аспекты комплектования групп и проведение занятий. Содержательные аспекты тренинговой программы. Методологические основания тренинга. Структура тренинговой программы. Содержание блоков тренинговой программы: организационный блок; формирующий блок; рефлексивно-оценочный блок. Структура тренингового занятия.

Раздел 4. Профилактика неблагоприятных состояний человека.

Лекция №7

Тема: Цели и задачи профилактики профессионального выгорания педагогов.

Цели и задачи профилактики профессионального выгорания педагогов. Основные направления психологической профилактики выгорания. Практическое обучение, направленное на развитие ресурсов противодействия выгоранию, формирование духовного благополучия и психологического (душевного) комфорта. Личностные ресурсы противодействия профессиональному выгоранию. Информационные и инструментальные ресурсы противодействия профессиональному выгоранию. Стратегии, способствующие предотвращению и уменьшению риска профессионального выгорания. Направления в профилактической деятельности на различных уровнях. Уровень института повышения квалификации работников образования и уровень образовательного учреждения.

Лекция №8

Тема: Виды психологической профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов.

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

4.3. Лабораторные работы.

Учебным планом не предусмотрены.

4.4. Практические занятия.

<i>№ п/п</i>	<i>Номер раздела дисциплины</i>	<i>Наименование практического занятия</i>	<i>Объем (час.)</i>	<i>Вид занятия в ин- терактивной, активной, инновационной формах, (час.)</i>
1	1.	Исторический аспект проблемы профессионального выгорания в помогающих профессиях.	1	-
2		Профессиональное выгорание как психологический феномен.	1	-
3	2.	Факторы приводящие к профессиональному выгоранию педагогов.	1	-
4		Симптомы, фазы профессионального выгорания педагогов.	1	-
5	3.	Методы диагностики уровня профессионального выгорания.	1	Работа в малых группах, анализ случаев. 1
6		Методы диагностики уровня профессионального выгорания.	1	Работа в малых группах, анализ случаев. 1
7	4.	Цели и задачи профилактики профессионального выгорания педагогов.	1	Работа в малых группах, анализ случаев. 1
8		Виды психологической профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов.	1	Работа в малых группах, анализ случаев. 1
ИТОГО			8	4

4.5. Контрольные мероприятия: курсовой проект (курсовая работа), контрольная работа, РГР, реферат.

Учебным планом не предусмотрены.

**5. МАТРИЦА СООТНЕСЕНИЯ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ К ФОРМИРУЕМЫМ В НИХ
КОМПЕТЕНЦИЯМ И ОЦЕНКЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

<i>№, наименование разделов дисциплины</i>	<i>Компетенции</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Компетенции</i>			<i>Σ комп.</i>	<i>t_{ср}, час</i>	<i>Вид учебных за- нятий</i>	<i>Оценка результатов</i>
			<i>ОК</i>	<i>ОПК</i>	<i>ПК</i>				
			<i>6</i>	<i>1</i>	<i>2</i>				
1	2	3	4	5	6	7	8		
1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.		42	+	+	+	3	14	ЛР, ПЗ, СР	экзамен
2. Общая схема-характеристика профессионального выгорания педагогов.		42	+	+	+	3	14	ЛР, ПЗ, СР	экзамен
3. Методы психологической саморегуляции функциональных состояний.		42	+	+	+	3	14	ЛР, ПЗ, СР	экзамен
4. Профилактика неблагоприятных состояний человека.		45	+	+	+	3	15		экзамен
<i>всего часов</i>		171	57	57	57	3	57		

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Болдырева, Т.А. Диагностика профессиональных деструкций личности : учебно-методическое пособие / Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский государственный университет. - Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2017. - 183 с. : ил. - Библиогр.: с. 167-172. - ISBN 978-5-7410-1704-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481729>.
2. Любичева, Е.В. Основы семиотики : методические рекомендации для студентов / Е.В. Любичева ; Частное образовательное учреждение высшего образования «Институт специальной педагогики и психологии». - Санкт-Петербург : ЧОУВО «Институт специальной педагогики и психологии», 2016. - 80 с. : схем. - Библиогр. в кн.. - ISBN 978-5-8179-0208-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438763>.

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Наименование издания	Вид занятия	Кол-во экземпляров в библиотеке, шт.	Обеспеченность экз/чел.
1	2	3	4	5
Основная литература				
1.	Болдырева, Т.А. Общие теории деформаций личности: профессиональные деформации : учебное пособие / Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. - Оренбург : ОГУ, 2017. - 332 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7410-1663-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481748 .	ПЗ, СР	1 (эп)	1
2.	Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 447 с. - ISBN 978-5-288-05660-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458103 .	ПЗ, СР	1 (эп)	1
3.	Фролова, Ю.Г. Медицинская психология : учебник / Ю.Г. Фролова. - Минск : Вышэйшая школа, 2016. - 432 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-985-06-2771-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=477464..	ПЗ, СР	1 (эп)	1
Дополнительная литература				
4.	Човдырова, Г.С. Клиническая психология: общая часть : учебное пособие / Г.С. Човдырова, Т.С. Клименко. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 247 с. : табл., схемы - Библиогр.: с. 220-225. - ISBN	ПЗ, СР	1 (эп)	1

	978-5-238-01746-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115311 .			
5.	Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрусталевой. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. - 142 с. - ISBN 978-5-288-05451-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458104 .	ПЗ, СР	1 (эп)	1
6.	Личность профессионала в современном мире / Российская академия наук, Институт психологии ; отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. - Москва : Институт психологии РАН, 2013. - 944 с. - (Труды Института психологии РАН). - ISBN 978-5-9270-0272-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271614 .	ПЗ, СР	1 (эп)	1

8. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО - ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ» НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Электронный каталог библиотеки БрГУ
http://irbis.brstu.ru/CGI/irbis64r_15/cgiirbis_64.exe?LNG=&C21COM=F&I21DBN=BOOK&P21DBN=BOOK&S21CNR=&Z21ID=.
2. Электронная библиотека БрГУ
<http://ecat.brstu.ru/catalog> .
3. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online»
<http://biblioclub.ru> .
4. Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань»
<http://e.lanbook.com> .
5. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"
<http://window.edu.ru> .
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru> .
7. Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ)
<https://uisrussia.msu.ru/> .
8. Национальная электронная библиотека НЭБ
<http://xn--90ax2c.xn--p1ai/how-to-search/> .

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Практические занятия представляют собой смысловой центр дисциплины и выполняют сразу несколько функций. В первую очередь, общая логика каждого практического занятия представляет собой последовательное выяснение ряда (обычно, не более 7–9) вопросов. Эффективность каждого практического занятия может быть достаточно объективно оценена как преподавателем, так и студентами – в зависимости от того, насколько полными и содержательными оказались решения поставленных проблем.

В процессе практического занятия, большинство студентов выступают с краткими обзорами прочитанных текстов, характеризуя их со следующих позиций:

1. Общие характеристики текста: автор, тема, жанр, время создания, адресат и пр.
2. Обсуждаемые вопросы и проблемы.
3. Используемые концепты и представления.
4. Методология исследования/описания/моделирования.
5. Основные результаты и выводы, сделанные автором.

6. Возможные направления и формы дальнейшего использования представленной информации.

7. Общая (экспертная) оценка представленного текста.

Таким образом, каждый участник практического занятия опытно-краткого представления результатов углубленного чтения некоторых текстов, а, с другой стороны, слушания и участия в дискуссии.

Практические занятия предполагают использование множества взаимосвязанных и взаимно-дополняющих методов, в том числе:

- доклад по материалам статьи (исследования);
- проблемная микролекция – лекционная форма, в которой процесс обучения студентов приближен к поисковой, исследовательской деятельности;
- анализ конкретных ситуаций (case-study), предполагающий определение проблемы, ее коллективное обсуждение, позволяющее познакомить студентов с вариантами разрешения конкретной проблемной ситуационной задачи;
- дискуссия, включающий элементы «мозгового штурма», который строится на основе диалогического общения участников в процессе обсуждения и разрешения теоретических и практических проблем;
- «круглый стол», ориентированный на выработку умений обсуждать проблемы, обосновывать предполагаемые решения и отстаивать свои убеждения;
- «мозговой штурм», актуализирующий организацию коллективной мыслительной деятельности по поиску нетрадиционных путей и способов решения конкретной проблемы.

Предпочтительным является проведение экзамена в форме студенческой конференции, посвященной обзору происходящих в образовании инновационных процессов и, одновременно, проектированию оригинальных инновационных решений.

Рекомендации по выполнению заданий и подготовке к практическому занятию:

конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

- определение цели самостоятельной работы; конкретизация познавательной (проблемной или практической) задачи;
- самооценка готовности к самостоятельной работе по решению поставленной или выбранной задачи;
- выбор адекватного способа действий, ведущего к решению задачи (выбор путей и средств для ее решения);
- планирование (самостоятельно или с помощью преподавателя) самостоятельной работы по решению задачи;
- реализация программы выполнения самостоятельной работы;
- осуществление в процессе выполнения самостоятельной работы управленческих актов: контроль за ходом самостоятельной работы, самоконтроль промежуточных и конечного результатов работы, корректировка на основе результатов самоконтроля программ выполнения работы, устранение ошибок и их причин.

Индивидуальные задания проектного типа связано с настоящей или будущей профессиональной деятельностью студента. В этом качестве могут использоваться:

- задания на проведение микроисследований (составление анкет и проведение анкетирования по тем или иным актуальным проблемам, наблюдение за качественными характеристиками процессов, интервьюирование преподавателей или экспертов),
- задания на разработку элементов программно-методического и дидактического обеспечения;
- задания на разработку нормативной документации и методических указаний, создание проектной документации для здоровьесберегающих технологий в образовании.

9.1. Методические указания для обучающихся по выполнению практических работ

Раздел 1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.

Практическое занятие № 1 Исторический аспект проблемы профессионального выгорания в помогающих профессиях.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа расширение представления о заявленной теме, обсуждение полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. История возникновения понятие профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.
2. Причины возникновения синдрома профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.
3. Механизмы формирования профессионального выгорания педагогов в трудах отечественных и зарубежных исследователей.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект.

Задания для самостоятельной работы:

1. История возникновения понятие профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.
2. Причины возникновения синдрома профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.
3. Механизмы формирования профессионального выгорания педагогов в трудах отечественных и зарубежных исследователей.

Основная литература:

1. Болдырева, Т.А. Общие теории деформаций личности: профессиональные деформации : учебное пособие / Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. - Оренбург : ОГУ, 2017. - 332 с
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрусталевой. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 447 с.

Дополнительная литература:

1. Човдырова, Г.С. Клиническая психология: общая часть : учебное пособие / Г.С. Човдырова, Т.С. Клименко. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 247 с.
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрусталевой. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. - 142 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. История возникновения понятие профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.
2. Причины возникновения синдрома профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.
3. Механизмы формирования профессионального выгорания педагогов в трудах отечественных и зарубежных исследователей.

Практическое занятие № 2 Профессиональное выгорание как психологический феномен.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа расширение представления о заявленной теме, обсуждение полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Эмоции: понятие, характеристика, механизмы образования.
2. Классификация и функции эмоций.
3. Эмоционально-волевая регуляция педагогической деятельности.
4. Интегративная модель эмоционального выгорания.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект.

Задания для самостоятельной работы:

1. Подготовить словарь основных терминов по теме.
2. Составить схемы для запоминания классификаций видов эмоций и чувств.
3. Распределиться на микрогруппы по 3-4 человека.
4. Выбрать теорию и подготовить сообщения.
5. Подготовить сообщения о методах психической саморегуляции.

Основная литература:

1. Болдырева, Т.А. Общие теории деформаций личности: профессиональные деформации : учебное пособие / Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. - Оренбург : ОГУ, 2017. - 332 с
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 447 с.

Дополнительная литература:

1. Човдырова, Г.С. Клиническая психология: общая часть : учебное пособие / Г.С. Човдырова, Т.С. Клименко. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 247 с.
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. - 142 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Эмоции: понятие, характеристика, механизмы образования.
2. Классификация и функции эмоций.
3. Эмоционально-волевая регуляция педагогической деятельности.
4. Интегративная модель эмоционального выгорания.

Раздел 2. Общая схема-характеристика профессионального выгорания педагогов.

Практическое занятие № 3 Факторы приводящие к профессиональному выгоранию педагогов

Цель работы: на основе рефлексивного анализа расширение представления о заявленной теме, обсуждение полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Однофакторная модель профессионального выгорания педагогов.
2. Двухфакторная модель профессионального выгорания педагогов.
3. Трехфакторная модель профессионального выгорания педагогов.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект.

Задания для самостоятельной работы:

1. Представить интегративную модель выгорания (Т. Сох, А. Griffiths).
2. Представить однофакторную модель (А. Пайнс, Аронсон);
3. Представить двухфакторную модель (Д. Дирендонк, В. Шауфели, Х. Сиксма)
4. Представить трехфакторную модель (К. Маслач и С. Джексон).

Основная литература:

1. Болдырева, Т.А. Общие теории деформаций личности: профессиональные деформации : учебное пособие / Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. - Оренбург : ОГУ, 2017. - 332 с
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 447 с.

Дополнительная литература:

1. Човдырова, Г.С. Клиническая психология: общая часть : учебное пособие / Г.С. Човдырова, Т.С. Клименко. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 247 с.
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. - 142 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Однофакторная модель профессионального выгорания педагогов.
2. Двухфакторная модель профессионального выгорания педагогов.
3. Трехфакторная модель профессионального выгорания педагогов.

Практическое занятие № 4 Симптомы, фазы профессионального выгорания педагогов.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа расширение представления о заявленной теме, обсуждение полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Основные и факультативные признаки профессионального выгорания педагогов.
2. Эмоциональная истощенность.
3. Деперсонализация, как деформации отношений с другими людьми.
4. Сокращенная профессиональная реализация.
5. Фазы и симптомы выгорания.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект.

Задания для самостоятельной работы:

1. Дать характеристику основным и факультативным признакам эмоционального выгорания:
2. Определить причины эмоциональной истощенности.
3. Раскрыть особенности деперсонализация, как деформации отношений с другими людьми.
4. Определить причины сокращенной профессиональной реализации: редукации личных достижений.
5. Раскрыть фазы и симптомы выгорания (по В.В. Бойко).

Основная литература:

1. Болдырева, Т.А. Общие теории деформаций личности: профессиональные деформации : учебное пособие / Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. - Оренбург : ОГУ, 2017. - 332 с
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 447 с.

Дополнительная литература:

1. Човдырова, Г.С. Клиническая психология: общая часть : учебное пособие / Г.С. Човдырова, Т.С. Клименко. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 247 с.
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. - 142 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Основные и факультативные признаки профессионального выгорания педагогов.
2. Эмоциональная истощенность.
3. Деперсонализация, как деформации отношений с другими людьми.
4. Сокращенная профессиональная реализация.
5. Фазы и симптомы выгорания.

Раздел 3. Методы психологической саморегуляции функциональных состояний.

Практическое занятие № 5 Методы диагностики уровня профессионального выгорания.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа расширение представления о заявленной теме, обсуждение полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Методика диагностики уровня эмоционального выгорания (модификация методики В.В. Бойко).
2. Экспресс-оценка «выгорания» (Капови В., Новак Т.).
3. Определение психического «выгорания» (А.А.Руковишников).
4. Методика диагностики профессионального выгорания (К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой).

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект.

Задания для самостоятельной работы:

1. Анализ итогов методики диагностики уровня эмоционального выгорания (модификация методики В.В. Бойко).
2. Анализ итогов теста Экспресс-оценка «выгорания» (Капови В., Новак Т.).
3. Анализ итогов теста Определение психического «выгорания» (А.А.Руковишников).
4. Анализ итогов методики диагностики профессионального выгорания (К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой).

Основная литература:

1. Болдырева, Т.А. Общие теории деформаций личности: профессиональные деформации : учебное пособие / Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. - Оренбург : ОГУ, 2017. - 332 с
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 447 с.

Дополнительная литература:

1. Човдырова, Г.С. Клиническая психология: общая часть : учебное пособие / Г.С. Човдырова, Т.С. Клименко. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 247 с.
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. - 142 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Методика диагностики уровня эмоционального выгорания (модификация методики В.В. Бойко).
2. Экспресс-оценка «выгорания» (Капови В., Новак Т.).
3. Определение психического «выгорания» (А.А.Руковишников).
4. Методика диагностики профессионального выгорания (К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой).

Практическое занятие № 6 Методы коррекции уровня профессионального выгорания.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа расширение представления о заявленной теме, обсуждение полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Основные методы коррекции профессионального выгорания педагогов.
2. Индивидуальная и групповая формы работы.
3. Цель и задачи индивидуальной и групповой работы тренинга.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект.

Задания для самостоятельной работы:

1. Личностные ресурсы, развиваемые групповой работе.
2. Специфические черты тренинга.
3. Организационные аспекты комплектования групп и проведение занятий.
4. Содержательные аспекты тренинговой программы.
5. Методологические основания тренинга. Структура тренинговой программы.
6. Содержание блоков тренинговой программы.
7. Структура тренингового занятия.

Основная литература:

1. Болдырева, Т.А. Общие теории деформаций личности: профессиональные деформации : учебное пособие / Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. - Оренбург : ОГУ, 2017. - 332 с
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 447 с.

Дополнительная литература:

1. Човдырова, Г.С. Клиническая психология: общая часть : учебное пособие / Г.С. Човдырова, Т.С. Клименко. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 247 с.
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. - 142 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Основные методы коррекции профессионального выгорания педагогов.
2. Индивидуальная и групповая формы работы.
3. Цель и задачи индивидуальной и групповой работы тренинга.

Раздел 4. Профилактика неблагоприятных состояний человека

Практическое занятие № 7 Цели и задачи профилактики профессионального выгорания педагогов.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа расширение представления о заявленной теме, обсуждение полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Основные направления психологической профилактики выгорания.
2. Практическое обучение, направленное на развитие ресурсов противодействия выгоранию, формирование духовного благополучия и психологического (душевного) комфорта. Личностные ресурсы противодействия профессиональному выгоранию.
3. Информационные и инструментальные ресурсы противодействия профессиональному выгоранию.
4. Стратегии, способствующие предотвращению и уменьшению риска профессионального выгорания.
5. Направления в профилактической деятельности на различных уровнях.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект.

Задания для самостоятельной работы:

1. Представить основные направления психологической профилактики «выгорания»: просвещение и тренинги, направленные на развитие личностных ресурсов противодействия «выгоранию».
2. Раскрыть основные виды практического обучения.
3. Определить личностные ресурсы противодействия профессиональному «выгоранию»:
4. Исследовать информационные и инструментальные ресурсы.
5. Стратегии (техники), способствующие предотвращению и уменьшению риска профессионального «выгорания» (по Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой).

Основная литература:

1. Болдырева, Т.А. Общие теории деформаций личности: профессиональные деформации : учебное пособие / Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. - Оренбург : ОГУ, 2017. - 332 с
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 447 с.

Дополнительная литература:

1. Човдырова, Г.С. Клиническая психология: общая часть : учебное пособие / Г.С. Човдырова, Т.С. Клименко. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 247 с.
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. - 142 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Основные направления психологической профилактики выгорания.
2. Практическое обучение, направленное на развитие ресурсов противодействия выгоранию, формирование духовного благополучия и психологического (душевного) комфорта. Личностные ресурсы противодействия профессиональному выгоранию.
3. Информационные и инструментальные ресурсы противодействия профессиональному выгоранию.
4. Стратегии, способствующие предотвращению и уменьшению риска профессионального выгорания.
5. Направления в профилактической деятельности на различных уровнях.

Практическое занятие № 8 Виды психологической профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа расширение представления о заявленной теме, обсуждение полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Способы преодоления синдрома профессионального выгорания.
2. Особенности психопрофилактики профессионального выгорания.
3. Виды психопрофилактики профессионального выгорания.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, опорный конспект.

Задания для самостоятельной работы:

1. Дать определение синдрома «профессионального выгорания».
2. Определить особенности профилактики возникновения синдрома профессионального выгорания
3. Раскрыть особенности психопрофилактики: междисциплинарный характер, неспецифичность первичной психопрофилактики, динамичность методов.
4. Определить виды психопрофилактики профессионального выгорания (первичная, вторичная, третичная)

Основная литература:

1. Болдырева, Т.А. Общие теории деформаций личности: профессиональные деформации : учебное пособие / Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. - Оренбург : ОГУ, 2017. - 332 с
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 447 с.

Дополнительная литература:

1. Човдырова, Г.С. Клиническая психология: общая часть : учебное пособие / Г.С. Човдырова, Т.С. Клименко. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 247 с.
2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. - 142 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Способы преодоления синдрома профессионального выгорания.
2. Особенности психопрофилактики профессионального выгорания.
3. Виды психопрофилактики профессионального выгорания.

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN NoLevel
2. Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN NoLevel
3. Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Security

11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

<i>Вид занятия</i>	<i>Наименование аудитории</i>	<i>Перечень основного оборудования</i>	<i>№ ПЗ</i>
1	2	3	4
ЛЗ	Лекционные аудитории	-	ПЗ № 1- № 8
ПЗ	Лекционные аудитории	-	ПЗ № 1 - № 8
КР	ЧЗ 3 ЧЗ 1	Оборудование 15 ПК-CPU 5000/RAM 2Gb/HDD (Монитор TFT 19 LG 1953S-SF); принтер HP LaserJet P3005 Оборудование 10 ПК i5-2500/H67/4Gb (Монитор TFT 19 Samsung); принтер HP LaserJet P2005D	-

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

1. Описание фонда оценочных средств (паспорт)

№ компетенции	Элемент компетенции	Раздел	Тема	ФОС
ОК-6	способность к самоорганизации и самообразованию.	1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.	1.1. Исторический аспект проблемы профессионального выгорания в помогающих профессиях.	Вопросы к экзамену 1.1-1.3
			1.2. Профессиональное выгорание как психологический феномен.	Вопросы к экзамену 1.4-1.7
ОПК-1	готовность признавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности.	2. Общая схема-характеристика профессионального выгорания педагогов.	2.1. Факторы приводящие к профессиональному выгоранию педагогов.	Вопросы к экзамену 2.1-2.3
			2.2. Симптомы, фазы профессионального выгорания педагогов.	Вопросы к экзамену 2.4-2.8
ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики.	3. Методы психологической саморегуляции функциональных состояний.	3.1. Методы диагностики уровня профессионального выгорания.	Вопросы к экзамену 3.1-3.4
			3.2. Методы диагностики уровня профессионального выгорания.	Вопросы к экзамену 3.5-3.7
		4. Возрастные особенности развития нервной системы и высшей нервной деятельности.	4.1. Цели и задачи профилактики профессионального выгорания педагогов.	Вопросы к экзамену 4.1-4.5
			4.2. Виды психологической профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов.	Вопросы к экзамену 4.6-4.10

2. Экзаменационные вопросы

№ п/п	Компетенции		ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ВОПРОСЫ	№ и наименование раздела					
	Код	Определение							
1	2	3	4	5					
1.	ОК-6	способность к самоорганизации и самообразованию.	<p>1.1 История возникновения понятие профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.</p> <p>1.2 Причины возникновения синдрома профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.</p> <p>1.3 Механизмы формирования профессионального выгорания педагогов в трудах отечественных и зарубежных исследователей.</p> <p>1.4 Эмоции: понятие, характеристика, механизмы образования.</p> <p>1.5 Классификация и функции эмоций.</p> <p>1.6 Эмоционально-волевая регуляция педагогической деятельности.</p> <p>1.7 Интегративная модель эмоционального выгорания.</p>	1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.					
			<p>2.1 Однофакторная модель профессионального выгорания педагогов.</p> <p>2.2 Двухфакторная модель профессионального выгорания педагогов.</p> <p>2.3 Трехфакторная модель профессионального выгорания педагогов.</p> <p>2.4 Основные и факультативные признаки профессионального выгорания педагогов.</p> <p>2.5 Эмоциональная истощенность.</p> <p>2.6 Деперсонализация, как деформации отношений с другими людьми.</p> <p>2.7 Сокращенная профессиональная реализация.</p> <p>2.8 Фазы и симптомы выгорания.</p>		2. Общая схема-характеристика профессионального выгорания педагогов.				
			<p>3.1. Методика диагностики уровня эмоционального выгорания (модификация методики В.В. Бойко).</p> <p>3.2. Экспресс-оценка «выгорания» (Капови В., Новак Т.).</p> <p>3.3. Определение психического «выгорания» (А.А.Руковишников).</p> <p>3.4. Методика диагностики профессионального выгорания (К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой).</p> <p>3.5. Основные методы коррекции профессионального выгорания педагогов.</p> <p>3.6. Индивидуальная и групповая формы работы.</p> <p>3.7. Цель и задачи индивидуальной и групповой работы тренинга.</p>			3. Методы психологической саморегуляции функциональных состояний.			
2.	ОПК-1	готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности.	<p>1.1 История возникновения понятие профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.</p> <p>1.2 Причины возникновения синдрома профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.</p> <p>1.3 Механизмы формирования профессионального выгорания педагогов в трудах отечественных и зарубежных исследователей.</p> <p>1.4 Эмоции: понятие, характеристика, механизмы образования.</p> <p>1.5 Классификация и функции эмоций.</p> <p>1.6 Эмоционально-волевая регуляция педагогической деятельности.</p> <p>1.7 Интегративная модель эмоционального выгорания.</p>	1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.					
					3.		ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики.	<p>2.1 Однофакторная модель профессионального выгорания педагогов.</p> <p>2.2 Двухфакторная модель профессионального выгорания педагогов.</p> <p>2.3 Трехфакторная модель профессионального выгорания педагогов.</p> <p>2.4 Основные и факультативные признаки профессионального выгорания педагогов.</p> <p>2.5 Эмоциональная истощенность.</p> <p>2.6 Деперсонализация, как деформации отношений с другими людьми.</p> <p>2.7 Сокращенная профессиональная реализация.</p> <p>2.8 Фазы и симптомы выгорания.</p>
						<p>3.1. Методика диагностики уровня эмоционального выгорания (модификация методики В.В. Бойко).</p> <p>3.2. Экспресс-оценка «выгорания» (Капови В., Новак Т.).</p> <p>3.3. Определение психического «выгорания» (А.А.Руковишников).</p> <p>3.4. Методика диагностики профессионального выгорания (К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой).</p> <p>3.5. Основные методы коррекции профессионального выгорания педагогов.</p> <p>3.6. Индивидуальная и групповая формы работы.</p> <p>3.7. Цель и задачи индивидуальной и групповой работы тренинга.</p>			

			<p>4.1. Основные направления психологической профилактики выгорания.</p> <p>4.2. Практическое обучение, направленное на развитие ресурсов противодействия выгоранию, формирование духовного благополучия и психологического (душевного) комфорта. Личностные ресурсы противодействия профессиональному выгоранию.</p> <p>4.3. Информационные и инструментальные ресурсы противодействия профессиональному выгоранию.</p> <p>4.4. Стратегии, способствующие предотвращению и уменьшению риска профессионального выгорания.</p> <p>4.5. Направления в профилактической деятельности на различных уровнях.</p> <p>4.6. Основные направления психологической профилактики выгорания.</p> <p>4.7. Практическое обучение, направленное на развитие ресурсов противодействия выгоранию, формирование духовного благополучия и психологического (душевного) комфорта. Личностные ресурсы противодействия профессиональному выгоранию.</p> <p>4.8. Информационные и инструментальные ресурсы противодействия профессиональному выгоранию.</p> <p>4.9. Стратегии, способствующие предотвращению и уменьшению риска профессионального выгорания.</p> <p>4.10. Направления в профилактической деятельности на различных уровнях.</p>	<p>4. Профилактика неблагоприятных состояний человека.</p>
--	--	--	--	---

3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Показатели	Оценка	Критерии
<p>Знать: ОК-6 - пути и средства устранения недостатков, препятствующих успешному личностному и профессиональному развитию и росту</p> <p>ОПК-1 - сущность мотивации, лидерства для решения управленческих задач, социальную значимость будущей профессии, требования государственного стандарта к личности учителя, особенности и пути подготовки учителя, основные этапы и способы профессионального самовоспитания и саморазвития.</p> <p>ПК-2 - концептуальную базу содержания духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России; нормативно-правовую и концептуальную базу содержания программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях.</p>	<p>Отлично</p>	<p>- знает теоретические основы и положения, определяющие организацию здоровьесберегающих технологии в профессиональной деятельности, основные психолого-педагогические проблемы в современном образовании;</p> <p>- умеет компетентно выбирать эффективные здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, демонстрировать знания, полученные на занятиях и в процессе самостоятельного изучения, использовать полученные знания на практике;</p> <p>- хорошо владеет эффективными приемами и методами реализации здоровьесберегающих технологии в профессиональной деятельности, знаниями и технологиями, необходимыми для эффективного выстраивания профессиональной деятельности.</p>
<p>Уметь: ОК-6 - критически оценивать достоинства и недостатки, а также сильные и слабые стороны своей профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-1 - решать различные задачи образовательного процесса, выявлять, описывать и объяснять педагогические факты, явления и процессы в реальной жизни; формировать первичные навыки исследовательской работы и профессиональной рефлексии (самооценки).</p>	<p>Хорошо</p>	<p>- твердо усвоил программный материал, грамотно и по существу излагает его без существенных ошибок, правильно применяет теоретические положения при решении конкретных задач, с небольшими погрешностями приводит формулировки определений;</p> <p>- владеет эффективными приемами и методами реализации здоровьесберегающих технологии в профессиональной деятельности, знаниями и технологиями, необходимыми для эффективного выстраивания профессиональной.</p> <p>- по ходу изложения допускает небольшие пробелы, не искажающие содержания ответа.</p>
	<p>Удовлетворительно</p>	<p>- не совсем твердо владеет программным материалом, знает основные теоретические положения изучаемого курса, обладает достаточными для продолжения обучения и предстоящей профессиональной деятельности, знаниями. Выполняет текущие задания, устанавливаемые графиком учебного процесса. При</p>

<p>ПК-2 - использовать методы психологической и педагогической диагностики для решения задач духовно-нравственного воспитания; учитывать в педагогическом взаимодействии индивидуально-возрастные особенности учащихся; анализировать, прогнозировать и проектировать педагогические ситуации.</p> <p>Владеть: ОК-6 основами самоорганизации и самообразования; навыками самостоятельной научно-исследовательской работы; способностью формулировать результат.</p> <p>ОПК-1 - навыками ориентации профессиональных источников информации (журнал, сайты, образовательные порталы и т. д.).</p> <p>ПК-2 - способами диагностики уровня воспитанности учащихся; осуществления духовно-нравственного воспитания и сопровождения процессов подготовки обучающихся к сознательному выбору профессии.</p>	<p>Неудовлетворительно</p>	<p>ответах допускает малозначительные погрешности, искажения логической последовательности при изложении материала, неточную аргументацию теоретических положений курса, испытывает затруднения при решении задач.</p> <p>имеются серьезные пробелы в знании учебного материала, допускаются принципиальные ошибки при выполнении предусмотренных программой контрольных заданий. Уровень знаний недостаточен для дальнейшей учебы и будущей профессиональной деятельности.</p>
---	-----------------------------------	---

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности

Дисциплина «Профессиональное выгорание педагогов» направлена на ознакомление с теорией и практикой целостного педагогического процесса, с позиций современной педагогической науки и накопленного опыта практической работы, с основами здоровьесберегающей педагогической деятельности, ее гуманистической природой, с профессионально значимыми качествами личности педагога и особенностями педагогического общения. На получение студентами теоретических знаний, практических навыков и компетенций в обучении и воспитании подрастающего поколения.

Изучение дисциплины «Профессиональное выгорание педагогов» предусматривает:

- лекционные занятия
- практические занятия
- экзамен.

При подготовке к экзамену по наиболее сложным вопросам, ключевым проблемам и важнейшим понятиям необходимо сделать краткие письменные записи в виде тезисов, планов, определений. Запись включает дополнительные моторные ресурсы памяти.

Учебники пишутся представителями различных научных школ и направлений, по-разному освещают, интерпретируют инновационный процесс и его составляющие, в каждом из них есть плюсы и минусы, сильные и слабые стороны, достоинства и недостатки, одни вопросы раскрываются более глубоко и основательно, другие поверхностно или вообще не раскрываются. Поэтому для сравнения учебной информации и раскрытия всего многообразия процесса инноватики желательнее использовать два и более учебных пособия.

Не следует бояться дополнительных и уточняющих вопросов на зачете. Они, как правило, задаются для выявления общей подготовленности студента, или в рамках вопроса для уточнения высказанной студентом мысли.

Среди основных критериев оценки ответа студента можно выделить следующие:

- правильность ответа на вопрос, то есть верное, четкое и достаточно глубокое изложение идей, понятий, фактов;
- полнота и одновременно лаконичность ответа;
- новизна учебной информации, степень использования последних научных достижений и нормативных источников;
- умение связать теорию с практикой и творчески применить знания к оценке сложившейся педагогической ситуации;
- логика и аргументированность изложения;
- грамотное комментирование, приведение примеров и аналогий;
- культура речи.

Все это позволяет преподавателю оценивать как знания, так и форму изложения материала.

В процессе проведения практических занятий происходит закрепление знаний, формирование умений и навыков реализации представления о профессиональной деятельности, развитие у обучающихся гуманитарного мышления и интеллектуальных способностей как средства индивидуального освоения учебной дисциплины.

Самостоятельную работу необходимо начинать с изучения рекомендованной литературы и составления простых планов прочитанных текстов и учебных пособий.

При работе над рекомендованными источниками и литературой необходимо помнить, что здесь недостаточно ограничиваться лишь беглым ознакомлением или просмотром текста. Рекомендации для работы с текстом:

а) сформулируйте общее представление о произведении (ознакомьтесь с заголовком, оглавлением, если оно имеется, просмотрите текст) и целях его создания (обратите внимание на дату написания, реконструируйте, опираясь на уже имеющиеся сведения и привлекая дополнительные, историческую ситуацию, определите причины, побудившие автора написать работу);

б) внимательно прочтите текст, возвращаясь к отдельным положениям, выделяя непонятное. Снимите неясности, используя словари, справочную литературу;

в) разделите текст на законченные в смысловом отношении части. Анализируя каждую из них, попытайтесь выделить основные положения, идеи автора, а также его аргументацию. Раскройте связи теоретических положений и конкретных фактов, определяя ту их совокупность, которая послужила основой для сделанного вывода;

г) еще раз просмотрите весь текст, установите логические связи между выделенными частями, составьте структурный план.

В процессе консультации с преподавателем выявляются и устраняются возможные пробелы в знаниях обучающихся, уточняется и актуализируется предметное поле дисциплины. Работа с литературой является важнейшим элементом в получении знаний по дисциплине. Прежде всего, необходимо воспользоваться списком рекомендуемой по данной дисциплине литературой. Дополнительные сведения по изучаемым темам можно найти в периодической печати и Интернете. Предусмотрено проведение аудиторных занятий в сочетании с внеаудиторной работой

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

Профессиональное выгорание педагогов

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины заключается в систематизации знаний студентов по проблеме профессионального выгорания педагогов, а также формирование умений и навыков по разработке программ (психологических технологий), направленных на обучение приемам психической саморегуляции.

Задачами изучения дисциплины являются:

- ознакомить студентов с теоретическими основами профессионального выгорания педагогов;
- в процессе изучения методов и конкретных методик саморегуляции способствовать практическому освоению их студентами;
- помочь адаптации студентов к условиям вузовского обучения, а также начальному профессиональному и личностному самоопределению студентов.

2. Структура дисциплины

2.1 Распределение трудоемкости по отдельным видам учебных занятий, включая самостоятельную работу: аудиторные занятия – 16 часов, лекции – 8 часов, практические занятия – 8 часов, самостоятельная работа – 155 часов.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 180 часов, 5 зачетных единиц.

2.2 Основные разделы дисциплины:

- 1 - Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.
- 2 - Общая схема-характеристика профессионального выгорания педагогов.
- 3 - Методы психологической саморегуляции функциональных состояний.
- 4 - Профилактика неблагоприятных состояний человека.

3. Планируемые результаты обучения (перечень компетенций)

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-6);
- готовность признавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1);
- способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2).

4. Вид промежуточной аттестации: экзамен

**Протокол о дополнениях и изменениях в рабочей программе
на 20__-20__ учебный год**

1. В рабочую программу по дисциплине вносятся следующие дополнения:

2. В рабочую программу по дисциплине вносятся следующие изменения:

Протокол заседания кафедры № _____ от «___» _____ 20__ г.,
(разработчик)

Заведующий кафедрой _____
(подпись)

(Ф.И.О.)

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

1. Описание фонда оценочных средств (паспорт)

№ компетенции	Элемент компетенции	Раздел	Тема	ФОС
ОК-6	способность к самоорганизации и самообразованию.	1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.	1.1. Исторический аспект проблемы профессионального выгорания в помогающих профессиях.	Отчеты по ПЗ, тесты
			1.2. Профессиональное выгорание как психологический феномен.	Отчеты по ПЗ, тесты
ОПК-1	готовность признавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности.	2. Общая схематическая характеристика профессионального выгорания педагогов.	2.1. Факторы приводящие к профессиональному выгоранию педагогов.	Отчеты по ПЗ, тесты
			2.2. Симптомы, фазы профессионального выгорания педагогов.	Отчеты по ПЗ, тесты
ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики.	3. Методы психологической саморегуляции функциональных состояний.	3.1. Методы диагностики уровня профессионального выгорания.	Отчеты по ПЗ, тесты
			3.2. Методы диагностики уровня профессионального выгорания.	Отчеты по ПЗ, тесты
		4. Возрастные особенности развития нервной системы и высшей нервной деятельности.	4.1. Цели и задачи профилактики профессионального выгорания педагогов.	Отчеты по ПЗ, тесты
			4.2. Виды психологической профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов.	Отчеты по ПЗ, тесты

3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Показатели	Оценка	Критерии
<p>Знать: ОК-6 - пути и средства устранения недостатков, препятствующих успешному личностному и профессиональному развитию и росту</p> <p>ОПК-1 - сущность мотивации, лидерства для решения управленческих задач, социальную значимость будущей профессии, требования государственного стандарта к личности учителя, особенности и пути подготовки учителя, основные этапы и способы профессионального самовоспитания и саморазвития.</p> <p>ПК-2 - концептуальную базу содержания духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России; нормативно-правовую и концептуальную базу содержания программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях.</p>	<p>Отлично</p>	<p>- знает теоретические основы и положения, определяющие организацию здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности, основные психолого-педагогические проблемы в современном образовании;</p> <p>- умеет компетентно выбирать эффективные здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, демонстрировать знания, полученные на занятиях и в процессе самостоятельного изучения, использовать полученные знания на практике;</p> <p>- хорошо владеет эффективными приемами и методами реализации здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности, знаниями и технологиями, необходимыми для эффективного выстраивания профессиональной деятельности.</p>
<p>Уметь: ОК-6 - критически оценивать достоинства и недостатки, а также сильные и слабые стороны своей профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-1 - решать различные задачи образовательного процесса, выявлять, описывать и объяснять педагогические факты, явления и процессы в реальной жизни; формировать первичные навыки исследовательской работы и профессиональной рефлексии (самооценки).</p>	<p>Хорошо</p>	<p>- твердо усвоил программный материал, грамотно и по существу излагает его без существенных ошибок, правильно применяет теоретические положения при решении конкретных задач, с небольшими погрешностями приводит формулировки определений;</p> <p>- владеет эффективными приемами и методами реализации здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности, знаниями и технологиями, необходимыми для эффективного выстраивания профессиональной.</p> <p>- по ходу изложения допускает небольшие пробелы, не искажающие содержания ответа.</p>
	<p>Удовлетворительно</p>	<p>- не совсем твердо владеет программным материалом, знает основные теоретические положения изучаемого курса, обладает достаточными для продолжения обучения и предстоящей профессиональной деятельности, знаниями. Выполняет текущие задания, устанавливаемые графиком учебного процесса. При</p>

<p>ПК-2 - использовать методы психологической и педагогической диагностики для решения задач духовно-нравственного воспитания; учитывать в педагогическом взаимодействии индивидуально-возрастные особенности учащихся; анализировать, прогнозировать и проектировать педагогические ситуации.</p>		<p>ответах допускает малосущественные погрешности, искажения логической последовательности при изложении материала, неточную аргументацию теоретических положений курса, испытывает затруднения при решении задач.</p>
<p>Владеть: ОК-6 основами самоорганизации и самообразования; навыками самостоятельной научно-исследовательской работы; способностью формулировать результат. ОПК-1 - навыками ориентации профессиональных источников информации (журнал, сайты, образовательные порталы и т. д.). ПК-2 - способами диагностики уровня воспитанности учащихся; осуществления духовно-нравственного воспитания и сопровождения процессов подготовки обучающихся к сознательному выбору профессии.</p>	<p>Неудовлетворительно</p>	<p>имеются серьезные пробелы в знании учебного материала, допускаются принципиальные ошибки при выполнении предусмотренных программой контрольных заданий. Уровень знаний недостаточен для дальнейшей учебы и будущей профессиональной деятельности.</p>

1. Психическое состояние, вызванное неуспехом в удовлетворении потребности, желания, - это:
А) аффект
Б) настроение
В) стресс
Г) фрустрация
2. Состояния, содержанием которых является непреодолимая боязнь конкретных ситуаций, предметов, существ или неопределённый беспредметный страх:
А) аффект
Б) фобия
В) стресс
Г) фрустрация
3. Воля – регулирование человеком своего поведения, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий. Это регулирование:
А) сознательное
Б) неосознанное
В) интуитивное
Г) произвольное
4. Способность человека определять свои поступки, исходя из своих убеждений, не ориентируясь на давление окружающих и на случайные влияния, характеризует его:
А) настойчивость
Б) решительность
В) принципиальность
Г) самоуверенность
5. Эмоциональные процессы и состояния в жизни организма выполняют функцию:
А) только приспособительную
Б) только мобилизационную
В) только приспособительную и интегративную
Г) приспособительную, мобилизационную и интегративную
6. Эмоции как продукт эволюции, как приспособительный фактор в жизни животного мира рассматриваются:
А) в биологической теории эмоций П.К. Анохина
Б) в биологической концепции эмоций Ч. Дарвина
В) в информационной теории эмоций П.В. Симонова
Г) в теории эмоций Джемса-Ланге
7. Свойство человека, проявляющееся в его способности сознательно управлять своей психикой и поступками, преодолевать препятствия на пути достижения цели - это:
А) воля
Б) генерализация стимула
В) возбудимость
Г) влечение
8. Компонент общения, состоящий в обмене информацией - это ... компонент.
А) интерактивный
Б) коммуникативный
В) перцептивный
Г) мотивационно-целевой
9. Компонент общения, состоящий в восприятии человеком себя, других людей и социальных явлений окружающего мира - это ... компонент.
А) перцептивный
Б) коммуникативный
В) интерактивный
Г) мотивационно-целевой
10. Внешними проявлениями психической деятельности человека являются:
А) социальные установки
Б) ощущения, восприятие
В) ожидания
Г) поза, мимика, интонации

11. В теории деятельности А.Н.Леонтьева действие соотносится с:
- А) целью
 - Б) условиями
 - В) мотивами
 - Г) задачами
12. Естественный психический контакт индивидов определяется как общение:
- А) межличностное
 - Б) опосредованное
 - В) массовое
 - Г) непосредственное
13. Понятие «ведущая деятельность» выдвинуто:
- А) Л.С. Выготским
 - Б) А.Н. Леонтьевым
 - В) Д.Б. Элькониным
 - Г) С.Л. Рубинштейном
14. В отечественной психологии структуру личности разделяет на внутрииндивидуальную, интериндивидуальную и метаиндивидуальную подсистемы:
- А) С.Л. Рубинштейн
 - Б) К.К. Платонов
 - В) А.В. Петровский
 - Г) К.К. Ковалев
15. Источником активности личности выступают:
- А) потребности, мотивы
 - Б) эмоции, воля
 - В) задатки, способности
 - Г) характер, темперамент
16. Важный осознанный мотив поведения личности, придающий ее деятельности особую значимость и ясную направленность – это:
- А) вера
 - Б) приказ
 - В) убеждение
 - Г) долг
17. Относительно устойчивая, в большей или меньшей степени осознанная система представлений индивида о самом себе, на основе которой он строит свое взаимодействие с другими – это:
- А) самооценка
 - Б) самосознание
 - В) уровень притязаний
 - Г) рефлексия
18. Согласно подходу И.П.Павлова, человек, обладающий сильным, уравновешенным, подвижным типом нервной системы – это:
- А) сангвиник
 - Б) меланхолик
 - В) флегматик
 - Г) холерик
19. Современная концепция личности, в центре внимания которой стоят процессы социализации человека, освоения им социальных норм и ролей, приобретения социальных установок и ценностных ориентаций:
- А) биогенетический подход
 - Б) персоногенетический подход
 - В) социогенетический подход
 - Г) когнитивный подход
20. Совокупность свойств личности, определяющих способы его реагирования на жизненные обстоятельства — это:
- А) темперамент
 - Б) характер
 - В) способности
 - Г) задатки

Тест составил:

Сатышев С.П. _____

Утверждено на заседании базовой кафедры ИПиП _____

протокол от «___» _____ № ___

Заведующий базовой кафедрой ИПиП _____

В.В. Кудряшов

Правильные ответы.

№ задания	Правильный ответ
1	Г
2	Б
3	А
4	В
5	Г
6	Б
7	А
8	Б
9	А
10	Г
11	А
12	Г
13	Б
14	В
15	А
16	В
17	Б
18	А
19	В
20	Б

Тематическая структура тестов

№ раздела	Наименование раздела	№ задания	Компетенция	Тема задания
1.	Теоретико-методологическое обоснование проблемы профессионального выгорания педагогов.	1-2	ОК-6; ОПК-1; ПК-2	Исторический аспект проблемы профессионального выгорания в помогающих профессиях.
		3-4	ОК-6; ОПК-1; ПК-2	Профессиональное выгорание как психологический феномен.
2.	Общая схема-характеристика профессионального выгорания педагогов.	5-6	ОК-6; ОПК-1; ПК-2	Факторы приводящие к профессиональному выгоранию педагогов.
		7--8	ОК-6; ОПК-1; ПК-2	Симптомы, фазы профессионального выгорания педагогов.
3.	Методы психологической саморегуляции функциональных состояний.	9-10	ОК-6; ОПК-1; ПК-2	Методы диагностики уровня профессионального выгорания.
		11-12	ОК-6; ОПК-1; ПК-2	Методы диагностики уровня профессионального выгорания.
4.	Возрастные особенности развития нервной системы и высшей нервной деятельности.	13-14	ОК-6; ОПК-1; ПК-2	Цели и задачи профилактики профессионального выгорания педагогов.
		15-20	ОК-6; ОПК-1; ПК-2	Виды психологической профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов.

Программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование от «04» декабря 2015 г. № 1426

для набора 2016 года: и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» для заочной формы обучения от «06» июня 2016 г. № 429

для набора 2016 года: и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» для заочно-ускоренной формы обучения от «06» июня 2016 г. № 429

для набора 2017 года: и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» для заочной формы обучения от «06» марта 2017 г. №125

для набора 2017 года: и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» для заочно-ускоренной формы обучения от «04» апреля 2017 г. № 203

для набора 2018 года и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» для заочной формы обучения от «12» марта 2018 г. № 130.

Программу составил:

Сатышев Сергей Платонович, доцент кафедры ИПиП _____

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании базовой кафедры ИиП

от «17» декабря 2018 г., протокол № 5

Заведующий базовой кафедрой ИПиП _____ В.В. Кудряшов

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий выпускающей кафедрой _____ В.В. Кудряшов

Директор библиотеки _____ Т.Ф. Сотник

Рабочая программа одобрена методической комиссией гуманитарно-педагогического факультета от «25» декабря 2018 г., протокол № 4

Председатель методической комиссии факультета _____ Н.Н. Наумова

СОГЛАСОВАНО:

Начальник
учебно-методического управления _____ Г.П. Нежевец

Регистрационный № _____