

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
НОВОСИБИРСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. А.Н. КОСЫГИНА
(ТЕХНОЛОГИИ. ДИЗАЙН. ИСКУССТВО)»**
(НТИ (филиал) РГУ им. А.Н. Косыгина)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора
по учебно-методической работе

Г.Г. Печурина

«*23*» *08* 2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Направление подготовки: 37.03.01 Психология
Профиль подготовки: Социальная психология
Квалификация выпускника: бакалавр
Форма обучения: очная

Факультет: технологии и дизайна
Кафедра: Гуманитарных наук и иностранных языков
Курс: 3 Семестр: 6

Лекции:	18 час. /0,5 ЗЕ	Зачет 6 семестр
Практические занятия:	18 час. /0,5 ЗЕ	
Самостоятельная работа:	108 час. / 3 ЗЕ	
ВСЕГО	144 час. / 4 ЗЕ	

Новосибирск 2020

Рецензия
на рабочую программу дисциплины Психология эмоционального выгорания
основной образовательной программы НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина
по направлению 37.03.01 Психология
профиль «Социальная психология»

В соответствии с ФГОС ВО по направлению 37.03.01 Психология профиль «Социальная психология», дисциплина *Психология эмоционального выгорания* изучается в рамках Блока 1. Вариативная часть. Дисциплины по выбору.

Разработчиком рабочей программы (РПД) «Психология эмоционального выгорания» является доц. канд. социол. наук кафедры ГНИИЯ НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина Добрина О.А.

№ П/П	КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РПД	ОТМЕТКА О СООТВЕТСТВИИ
1	Цели изучения дисциплины	Да
2	Цели соотнесены с общими целями основной образовательной программы (ООП), в том числе - имеют междисциплинарный характер, - связаны с задачами воспитания.	Да Да
3	Прописана связь дисциплины с другими дисциплинами рабочего учебного плана по ООП	Да
4	Прописан вклад дисциплины при формировании компетенций (ПК-1, ПК-4) - по ФГОС ВО по направлению 37.03.01 Психология профиль «Социальная психология» - по ООП	Да Да
5	При формировании требований к результатам обучения по дисциплине (знать, уметь, владеть) учтены результаты обучения, приведенные во ФГОС ВО по направлению 37.03.01 Психология профиль «Социальная психология»	Да
6	Содержание дисциплины структурировано по видам учебных занятий с указанием их объемов.	Да
7	Расчет времени в программе соответствует объему часов, отведенному на изучение дисциплины по учебному плану.	Да
8	Представлен тематический план практических занятий	Да
9	Отражены современные достижения науки применительно к конкретной дисциплине	Да
10	Указано учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе: - перечень основной и дополнительной литературы, электронных ресурсов - методические рекомендации (материалы) преподавателю; - методические рекомендации студентам.	Да Да Да
11	Указаны формы текущего, промежуточного и итогового контроля.	Да
12	В приложении к программе приведены фонды оценочных материалов (ФОМ): вопросы для самоконтроля и проверки качества знаний студентов; комплект тестов по дисциплине; методические рекомендации по проведению практических занятий; комплект экзаменационных билетов.	Да
13	ФОМ содержат материалы, разработанные на основе реальных практических ситуаций, в том числе, связанных со спецификой малого и среднего бизнеса	Да
14	Выявленные недостатки/замечания/рекомендации рецензента: <i>(необходимость сокращения, дополнения или переработки отдельных частей текста рукописи)</i>	Нет
15	К процессу разработки и актуализации РПД и учебно-методических материалов дисциплины привлекаются работодатели, ориентированные на выпускников программы: <i>участие в разработке содержания программы, предоставление исходных материалов для анализа, расчетных программ, фильмов и прочее</i>	Нет

РПД «Психология эмоционального выгорания» может быть использована для методического обеспечения учебного процесса в рамках основной образовательной программы НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина по направлению 37.03.01 Психология профиль «Социальная психология», **в представленном виде.**

Рецензент:
канд. ист. наук, доц. каф. ГНИИЯ



К.В. Луговой

Рабочая программа составлена на основании следующих нормативных документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки: 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата). – М., 2014. Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 07.08.2014 № 946.
2. Базового учебного плана. 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата).
3. Основная профессиональная образовательная программа 37.03.01 Психология.
4. Рабочего учебного плана. Направление подготовки 37.03.01 Психология. Профиль подготовки «Социальная психология» - (квалификация - бакалавр). – Новосибирск: Новосибирский технологический институт (филиал) ФГБОУ ВО «Российский государственный университет им. А.Н. Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство)». Утвержден Ученым советом НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина 11.06.2020, протокол № 10.

Разработчик:

доц, канд.социол.наук



О.А. Добрина

Рецензент:

доц, канд.ист..наук



К.В. Луговой

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры Гуманитарных наук и иностранных языков 27.08.2020, протокол № 1.

Зав. кафедрой

Гуманитарных наук и иностранных языков,
канд. техн.наук, доц.



Г.Г. Печурина

Декан ФТиД,

канд.техн.наук, доц.



Е.В. Арчинова

СОДЕРЖАНИЕ

1	ПАСПОРТ ПРОЦЕССА	4
	МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО	6
3	ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ И КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ЗАВЕРШЕНИЮ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
5	ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ	12
6	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	13
7	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	16
8	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18
9	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ	19
10	ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ НАПРАВЛЕНИЯ	20
11	ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ	21
	ПРИЛОЖЕНИЯ	22

1 ПАСПОРТ ПРОЦЕССА

Обозначение документа	Пункт ГОСТ ISO 9001-2011	Наименование процесса
Б1.В.ДВ.03.02	7.3 и 7.5	Преподавание дисциплины «Психология эмоционального выгорания»

<p>Определение процесса: Процесс преподавания дисциплины «Психология эмоционального выгорания» для студентов очной формы обучения направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль «Социальная психология», ориентированный на выполнение требований ФГОС ВО</p>	<p>Цель процесса: Выполнение требований ФГОС ВО и формирование представлений о существующих направлениях и технологиях практической работы со стрессовыми состояниями различного контингента населения, а также изучение основных методологических подходов, используемых в работе с эмоциональным выгоранием</p>
<p>Владелец процесса: Кафедра Гуманитарных наук и иностранных языков</p>	<p>Ответственный руководитель процесса: доц., канд.социол.наук О.А. Добрина</p>
<p>Входы процесса: Студенты и знания, полученные студентами при изучении дисциплин «Социальная психология», «Общая психология», «Психология личности»</p>	<p>Выходы процесса: В результате изучения дисциплины студент должен знать: особенности психологии стресса и эмоционального выгорания; влияние стресса и эмоционального выгорания на психическое здоровье личности; уметь: анализировать причины стресса и эмоционального выгорания; осуществлять мероприятия по преодолению стресса у себя и клиента; владеть: навыками организации и проведения психологических мероприятий консультативного характера, направленных на работу со стрессом в рамках профилактики и коррекции негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц</p>
<p>Требования к входам процесса: Соответствие требованиям ФГОС ВО, перечень компетенций, необходимых для изучения данной дисциплины: - умение осуществлять анализ теоретического содержания в пределах учебной дисциплины; - способность обобщать эмпирический материал, анализировать конкретные данные по актуальным историко-психологическим проблемам</p>	<p>Требования к выходам: Соответствие требованиям ФГОС ВО, компетенции, получаемые после изучения данной дисциплины: - способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности (ПК-1); - способностью к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежно-</p>

	сти к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-4)
Поставщики процесса: Кафедра Гуманитарных наук и иностранных языков	Потребители процесса: Студенты 3 курса очной формы обучения и их будущие работодатели
Управляющие воздействия: - ФГОС ВО, - учебный план по направлению подготовки 37.03.01 «Психология», профиль – «Социальная психология» - рабочая программа по дисциплине - итоговая аттестация по дисциплине (зачет)	Основные ресурсы: 4 ЗЕ (144 часа); аудиторная нагрузка: лк – 18 часов, пз – 18 часов; самостоятельная работа – 108 часов. Аудиторный фонд: аудитории института
Контролируемые параметры процесса: - участие в аудиторной работе, - тестирование - зачет (6 семестр),	Методы измерения параметров процесса: рейтинговая шкала 0-100 баллов, зачет
Показатели результативности: выполнение запланированных мероприятий в срок; рейтинг, обеспечивающий контрольные баллы, а также получение зачета	Периодичность оценки: Непрерывно, согласно графику проведения занятий и по завершению изучения дисциплины

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП БАКАЛАВРА

Дисциплина Б1.В.ДВ.03.02 «Психология эмоционального выгорания» входит в блок Б1, вариативная часть, дисциплины по выбору.

Таблица 2.1 - Принципы построения дисциплины

Принцип (особенность)	Содержание
Ядро дисциплины	Понятие и сущность Синдрома эмоционального выгорания.
Основные понятия дисциплины (дидактические единицы)	Факторы профессиональной деформации личности и сознания. Условия работы, влияющие на развитие профессионального выгорания. Личностные и общественные факторы развития выгорания. Резервы психики. Проявление синдрома эмоционального выгорания у представителей разных профессиях.
Обеспечение последующих дисциплин образовательной программы (связи с последующими дисциплинами)	Перечень дисциплин, изучение которых опирается на данную: «Организационная психология», «Консультативная психология», «Психодиагностика»
Практическая направленность (практическая часть) дисциплины	Практическая часть <i>дисциплины</i> содержит: практические занятия, направленные на определение назначения, взаимосвязи и основное содержание всех включенных в учебный план блоков (модулей, разделов ООП, дисциплин, практик и т.п., промежуточных аттестаций)
Учет индивидуальных особенностей обучающихся, реализация права выбора способа учения	Возможность работать в своем темпе; подбор индивидуальных заданий разного уровня сложности
Описание основных “точек” контроля	промежуточный контроль: собеседование; тестирование; контрольная работа; итоговый контроль (зачет)
Дисциплина и современные информационные технологии	Пакет офисных программ MS Office, электронные базы данных Интернета, средства мультимедиа для демонстрации материалов по предмету

3 ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ И ОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ЗАВЕРШЕНИЮ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Ожидаемые результаты освоения обучающимися программы учебной дисциплины «Психология эмоционального выгорания» представлены в таблице 3.1.

Таблица 3.1 – Результаты освоения обучающимися программы учебной дисциплины (цели дисциплины)

<i>После изучения дисциплины обучающийся будет:</i>					
№	Описание			Ссылка на компетенции	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Знать					
1	особенности психологии стресса и эмоционального выгорания;			ПК-1, ПК-4	- <i>собеседование;</i> - <i>тестирование;</i> - <i>контрольная работа</i>
2	влияние стресса и эмоционального выгорания на психическое здоровье личности				
Уметь					
3	анализировать причины стресса и эмоционального выгорания;			ПК-1, ПК-4	
4	осуществлять мероприятия по преодолению стресса у себя и клиента				
Владеть					
5	навыками организации и проведения психологических мероприятий консультативного характера, направленных на работу со стрессом в рамках профилактики и коррекции негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц			ПК-1, ПК-4	

4 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Таблица 4.1 – Объем дисциплины и виды учебной работы
(Выписка из рабочего учебного плана)

Форма контроля, семестр		Трудоемкость							Вид уч. занят.	Распределение по курсам и семестрам	
		в часах					в ЗЕ			3 курс	
		с преподавателями		Итого	СРС	Всего		6 сем.			
Эк з.	Зач.	Аудиторные занятия									
		ЛК	ПЗ	ЛБ							
-	6	18	18	-	36	108	144	4	ЛК	18	
									ПЗ	18	
									ЛБ	-	
									ИЗ	-	

4.2 Разделы дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы, 144 часа.

Таблица 4.2 – Разделы дисциплины

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Вид учебной работы, включая самостоятельную работу студентов					в ЗЕ	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям се- местра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				трудоёмкость						
				в часах						
				Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Понятие и сущность Синдрома эмоционального выгорания	6		4		4	18		- собеседование; - тестирование; - контрольная работа	
2	Факторы профессиональной деформации сознания личности	6		2		2	18		- собеседование; - тестирование; - контрольная работа	
3	Условия работы, влияющие на развитие профессионального выгорания	6		4		4	18		- собеседование; - тестирование; - контрольная работа	
4	Личностные и общественные факторы развития выгорания	6		6		6	18		- собеседование; - тестирование; - контрольная работа	
5	Резервы психики	6		2		2	18		- собеседование; - тестирование; - контрольная работа	
6	Проявление синдрома эмоционального выгорания у представителей разных профессий			2		2	18		- собеседование; - тестирование; - контрольная работа	
Итоговый контроль -									зачет	
Всего				18		18	108	4	144 часа	

4.3 Содержание разделов учебной дисциплины по видам занятий

4.3.1 Лекционные занятия

Таблица 4.3 – Характеристика лекционных учебных занятий и самостоятельной работы

№ ра зд ел а	Наименование раздела дисци- плины, исполь- зуемые образо- вательные тех- нологии, инте- рактивные ме- тоды)	Содержание раздела			
		№ темы	Наименование темы, дидактика	Объ- ем, час	Ссыл- ки на цели (из табл. 3.1)
1	2	3	4	5	6
Семестр 6					
1	Понятие и сущность Син- дрома эмоцио- нального выго- рания	ЛК-1	Появление термина «синдром эмоционального выгорания». Связь с профессиональной деформацией, сходство и отличие.	2	1-5
		ЛК-2	Развитие науки об эмоциональном выгорании. Вклад зарубежных ученых в разработку проблемы. Отечественные исследования проблемы.	2	
	Самостоятель- ное изучение	СИ- 1	Профессии, наиболее подверженные профессиональному выгоранию. Постоянное расширение числа профессий, подверженных профессиональному выгоранию.	18	
		СИ-2	Специфика контингента, с которым работает психолог. Девиантное поведение клиентов и профессиональные вредности.	18	
<i>Итого по разделу 1</i>				4/36	
2	Факторы профессиональной деформации личности и сознания	ЛК-3	Особенности труда сферы «человек-человек». Влияние стажа на развитие деформаций. Психофизиологические особенности мужчин и женщин, их влияние на развитие эмоционального выгорания.	2	1-5
	Самостоятель- ное изучение	СИ-3	Социальные и бытовые факторы, влияющие на работника. Физическое и психическое старение. Акцентуации личности и их влияние на профессиональную деятельность. Влияние мотивации к профессиональной деятельности на развитие синдрома профессионального выгорания	18	
<i>Итого по разделу 2</i>				2/18	
3	Условия работы, влияющие на развитие	ЛК-4	Влияние условий работы на развитие профессионального выгорания. Взаимоотношения с сотрудниками и руководством, режим труда и отдыха,	2	

	профессионального выгорания		заработная плата, престиж профессии.		
	Самостоятельное изучение	СИ-4	Условия для профессионального роста и самореализации работника как профессионала. Проблема отчуждения при выгорании. Снижение мотивации, разочарование в выбранной профессии. Психосоматические расстройства.	18	
<i>Итого по разделу 3</i>				2/18	
4	Личностные и общественные факторы развития выгорания	ЛК-5	Общие представления о синдроме эмоционального выгорания	2	1-5
		ЛК-6	Проявление синдрома эмоционального выгорания у представителей разных профессий	2	
		ЛК-7	Диагностика и профилактика стресса и синдрома эмоционального выгорания	2	
	Самостоятельное изучение	СИ-5	Влияние условий работы на развитие профессионального выгорания. Взаимоотношения с сотрудниками и руководством, режим труда и отдыха, заработная плата, престиж профессии.	18	
		СИ-6	Условия для профессионального роста и самореализации работника как профессионала. Проблема отчуждения при выгорании.	18	
		СИ-7	Снижение мотивации, разочарование в выбранной профессии. Психосоматические расстройства.	18	
<i>Итого по разделу 4</i>				6/54	
5	Резервы психики	ЛК-8	Противоречия, гармония, конфликт в жизни человека. Принцип стремления к равновесию. Принцип саморазвития человека.	2	1-5
	Самостоятельное изучение	СИ-8	Особенности духовного развития человека с учетом его национальных, возрастных, половых, психологических особенностей. Психофизиологические резервы личности, волевая регуляция поведения. Самоанализ, саморегуляция, самооценка как резерв личности.	18	
<i>Итого по разделу 5</i>				2/18	
6	Проявление синдрома эмоционального выгорания у представителей разных профессий	ЛК-9	СЭВ у медицинских работников Профессия социального работника Педагогическая профессия Сотрудники уголовно-исполнительной системы и др.	2	1-5

Самостоятельное изучение	СИ-9	Профессиональные риски и опасности. Степень ответственности, напряженность труда. Производственные конфликты. Профессиональная ориентация и правильный выбор профессии. Профессиональные деформации в условиях служебной деятельности. Стрессоустойчивость личности в зависимости от ее культуры, обученности, пола, возраста и здоровья. Профилактика профессиональных стрессов. Профессиональные деформации работников правоохранительных органов. Изменение эмоциональной сферы, менталитета, целей, ценностей и установок. Проблема отчуждения от профессии и клиентов. Грубость, цинизм, жестокость, нарушение профессиональной этики. Ментальная, эмоциональная, когнитивная, поведенческая деформация личности.	18	
<i>Итого по разделу</i>			2/18	
Итоговый контроль		экзамен		
Итого по учебной дисциплине			Σ18/108	

4.3.2 Практические занятия

Таблица 4.4 – Характеристика практических учебных занятий

Ссылки на цели	№ ЛБ	Наименование темы практического занятия	Объем, час	Учебная деятельность студента
1	2	3	4	5
Семестр 6				
1-5	ПЗ-1	Саморегуляция личности	2	Комнаты психологической разгрузки. Музыкаотерапия, арттерапия, ароматерапия. Коллективная психотерапия. Учет индивидуальных особенностей личности педагога. Самопознание как путь мобилизации психофизиологических резервов. Спорт и физическая культура. Развитие морально-волевых качеств.
1-5	ПЗ-2	Проблемы профессиональной адаптации	2	Проблема адаптации человека к окружающей среде. Уровни регуляции обществом и виды воздействия. Современные требования к специалисту, этапы профессиональной определенности. Технологии и принципы принятия решений. Профессиональные роли. Профессионализм как форма проявления профессионального стиля деятельности. Поведенческая гибкость, учет меняющихся факторов внешней среды.
1-5	ПЗ -3-4	Методы психофизиологического регулирования	2	Исторический обзор исследований синдрома эмоционального выгорания в России и за рубежом. Исследования Х.Фрейдбергер. Факторы, способствующие развитию синдром сгорания.

			2	Симптомы, характерные для синдрома эмоционального выгорания: физические, эмоциональные, поведенческие, интеллектуальные, социальные. Особенности синдрома эмоционального выгорания при работе с детьми и подростками. Профилактика и преодоление синдрома эмоционального выгорания.
1-5	ПЗ -5-7	Проявление синдрома эмоционального выгорания у представителей разных профессий	2	Специфика синдрома эмоционального выгорания для инженерно-технических работников. Специфика синдрома эмоционального выгорания для менеджеров высшего и среднего звена. Специфика синдрома эмоционального выгорания для работников коммерческой сферы.
			2	Специфика синдрома эмоционального выгорания для сотрудников правоохранительных органов. Специфика синдрома эмоционального выгорания для медицинских работников.
			2	Специфика синдрома эмоционального выгорания для представителей помогающих профессий (консультанты фонда социальной защиты, психотерапевты). Специфика синдрома эмоционального выгорания для работников педагогической сферы.
1-5	ПЗ -8-9	Диагностика и профилактика стресса и синдрома эмоционального выгорания	2	Общие теоретические и методологические принципы изучения личности в критической ситуации. Психодиагностика стресса и его последствий: структурированное интервью, личностные опросники (ММРІ и пр.), проективные методы.
			2	Метод наблюдения в диагностике психического выгорания. Диагностика механизмов защиты, стилей преодоления критических ситуаций.
Итого по дисциплине			∑18	

5 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При освоении дисциплины используются следующие сочетания видов учебной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности бакалавров для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

Методы и формы активизации деятельности	Виды учебной деятельности		
	ЛК	ПЗ	СРС
Дискуссия	x		
IT-методы	x	x	x
Командная работа		x	x
Опережающая СРС			x
Индивидуальное обучение		x	
Проблемное обучение	x	x	
Обучение на основе опыта		x	

Для достижения поставленных целей преподавания дисциплины реализуются следующие средства, способы:

- теоретический материал дисциплины изучается на лекциях с использованием мультимедиа;
- самостоятельное изучение теоретического материала дисциплины с использованием Internet – ресурсов, специальной учебной и научной литературы;
- закрепление теоретического материала при выполнении лабораторных работ с использованием IT-технологий, выполнение проблемно-ориентированных, творческих заданий.

6 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В соответствии с ФГОС ВО выпускник по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» после изучения данной дисциплины должен обладать следующими компетенциями (представлены в таблице 6.1). Содержание самостоятельной работы обучающихся представлено в таблице 6.2.

Таблица 6.1 – Компетентностные характеристики обучающегося по дисциплине «Психология эмоционального выгорания»

Индекс*	Наименование компетенции*	Содержание компетенции*	Технологии формирования	Форма оценочного средства
ПК-1	профессиональные	способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности	Лекции, самостоятельная работа, практические занятия	Собеседование; тестирование; контрольная работа
ПК-4	профессиональные	- способностью к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам	Лекции, самостоятельная работа, практические занятия	Собеседование; тестирование; контрольная работа

Таблица 6.2 Содержание самостоятельной работы обучающихся

№ п/п	Виды самостоятельной работы	Тема дисциплины курса (таблица 4.3)	Форма контроля
1.	Изучение учебно-методической и научно-методической литературы	1-6	Собеседование; тестирование;

			контрольная работа
2.	Подготовка к зачету	1-6	зачет

На самостоятельную работу выделяется 108 час.

6.1 Для проверки знаний обучающихся предусматриваются следующие формы контроля:

К-1 Собеседование;

К-2 Тестирование

К-3 Балльно-рейтинговая система - БРС

К-4 Зачет по дисциплине, включающий в себя весь лекционный курс.

Образец балльно-рейтингового листа приведен в ПРИЛОЖЕНИИ А (табл.

А.1)

6.2 Оценочные материалы для текущего контроля и аттестации студента представлены в методических указаниях «Фонд оценочных материалов по дисциплине «Психология эмоционального выгорания».

6.3 Образец теста по дисциплине:

1. Компонент эмоционального выгорания:

А) эмпатия

Б) установка

В) деперсонализация

Г) проекция

2. Вторая фаза эмоционального выгорания:

А) истощение

Б) конкуренция

В) усталость

Г) сопротивление

3. Личностная характеристика, провоцирующая выгорание:

А) интернальная Я-концепция

Б) увлеченность

В) склонность к интроверсии

Г) целеустремленность

4. Ингибитор синдрома эмоционального выгорания:

А) интернальная Я-концепция

Б) эмпатичность

В) склонность к интроверсии

Г) склонность отождествляться с другими

5. Механизм познания другого человека, основанный на формировании устойчивого положительного отношения к нему – это:

А) эмпатия

- Б) рефлексия
- В) аттракция
- Г) стереотипия

6.4 Вопросы к зачету:

1. Синдром эмоционального выгорания. История становления дисциплины
2. Профессиональная деформация
 1. Виды профессиональной деформации
 2. Психосоматические нарушения при выгорании
 3. Отклонения в развитии личности при профессиональной деформации
 4. Эмоциональное выгорание и его влияние на здоровье
 5. Особенности эмоционального выгорания в сфере служебной деятельности
 6. Кризис личности при профессиональном выгорании
 7. Техника релаксации при снятии стресса
 8. Профессиональная мобильность сотрудников в сфере служебной деятельности
 9. Когнитивно-деятельностная деформация
 10. Поведенческая деформация
 11. Отставание профессионального развития
 12. Предел развития как профессиональный кризис
 13. Влияние акцентуаций характера на профессиональную деятельность
 14. Отставание профессионального развития как проявление выгорания
 15. Психологическая защита при стрессах
 16. Профилактика психофизиологических изменений
 17. Аутотренинг при психических перегрузках
 18. Снижение мобильности при выгорании профессионала
 19. Правильная Я-концепция сотрудников в сфере правоохранительной деятельности
 20. Особенности личности и их влияние на эмоциональное выгорание
 21. Проблема отчуждения при эмоциональном выгорании
 22. Регуляция при эмоциональном напряжении в служебной деятельности
 23. Психофизиологические особенности пожилых сотрудников
 24. Роль мотивации выбора при профессиональном выгорании
 25. Дезинтеграция профессионального развития при эмоциональном выгорании
 26. Резервы человеческой психики и профилактика эмоционального выгорания
 27. Этапы профессионального выгорания

7 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 7.1. Обеспечение образовательного процесса по образовательной программе 37.03.01 "Психология" профиль подготовки "Социальная психология" учебной и учебно-методической литературы

№ п/п	Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Количество экземпляров	Количество экземпляров на одного обучающегося
1	2	3	4	5
Б1.В.ДВ.03.02	Психология эмоционального выгорания	<p>Основная литература: Б-1 Пичугин, В.Г. Эмоциональная устойчивость: техника развития / В.Г. Пичугин. - М.: Вершина, 2009. - 256 с. – URL: https://altairbook.com/books/4149579-emocionalnaya-ustoychivost-tehnika-razvitiya.html Б-2 Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции: учебное пособие / Ю. В. Щербатых. – Санкт-Петербург: Питер., 2006. – 256 с. Режим доступа: https://www.rulit.me/books/psihologiya-stressa-i-metody-korrekcii-read-345230-7.html Б-3 Котова, Е.В. Профилактика синдрома эмоционального выгорания: учебное пособие. / Е.В. Котова. – Красноярск: Изд-во КГПУ им. В.П. Астафьева, 2013. – 76 с. – URL: http://www.kspu.ru/upload/documents/2014/01/12/d5478cb846571c9d8e1844af240a75bb/kotova-ev-profilaktika-sindroma-emotsionalnogo-vyigoraniya-uchebnoe-posobie.pdf</p> <p>Дополнительная литература: Б-4 Водопьянова, Н.Е., Старченкова, Е.С. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. - СПб.: Питер, 2005. - 336 с. – URL: https://kingmed.info/knigi/Psichiatria/book_2930/Sindrom_vygoraniya_diagnostics_i_profilaktika-Vodopyanova_NE_Starchenkova_ES-2008-pdf Б-4 Е.И. Чердымова, Е.Л. Чернышова, В.Я. Мачнев. Синдром эмоционального выгорания специалиста. Монография. / / Е.И. Чердымова, Е.Л. Чернышова, В.Я. Мачнев. – Самара: Изд-во Самарского университета, 2019. – 124 с. Режим доступа: http://91.222.128.30/handle/Monografi/Sindrom-emocionalnogo-vygoraniya-specialista-Elektronnyi-resurs-monografiya-79346</p>	100%	100%

Учебно-методическая литература:

М-1 Добрина, О.А. Методические указания для организации самостоятельной работы для обучающихся по дисциплине: «Психология эмоционального выгорания» для направления подготовки: 37.03.01 Психология, профиль подготовки «Социальная психология» очной формы обучения. / О.А. Добрина. – Новосибирск: НТИ (филиал) РГУ им. А.Н.Косыгина, 2020. – 18с. - URL: https://is.ntirgu.ru/is_nti/index.php/prosmotr-materialov

М-2 Фонд оценочных материалов по учебной дисциплине «Психология эмоционального выгорания» Направления подготовки: 37.03.01 Психология, профиль подготовки «Социальная психология» очной формы обучения. / О.А. Добрина. – Новосибирск: НТИ (филиал) РГУ им. А.Н.Косыгина, 2020. –12с. URL: https://is.ntirgu.ru/is_nti/index.php/prosmotr-materialov

Базы данных, Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы

Электронный ресурс удаленного доступа <http://new.znanium.com>

Библиотека PSYLIB. Самопознание и саморазвитие. URL: <http://psylib.kiev.ua/>

Зав. библиотекой


(подпись)

/ Н.И. Русских / 27.08.2020
(дата)

8 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Информация о наличии специализированных аудиторий, лабораторий, технических средств обучения и т.д. представлена в виде таблицы (таблица 8.1).

Таблица 8.1 Обеспечение образовательного процесса по программе оборудованными учебными кабинетами, объектами для проведения практических занятий



№ п/п	Наименование дисциплины в соответствии с рабочим учебным планом	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения лабораторных/практических занятий с перечнем основного оборудования	Фактический адрес учебных кабинетов и объектов
Б1.В.ДВ.03.02	Психология эмоционального выгорания	<p>501ауд. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации</p> <p>Аудиторная мебель – столы 21 шт., стулья 43 шт., стол преподавателя, доска аудиторная для писания мелом Вместимость не менее 40 человека.</p> <p>Персональный компьютер с базовым лицензионным программным обеспечением и подключенным к сети Интернет. Комплект демонстрационного оборудования (экран и мультимедиа проектор).</p> <p>502ауд. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации</p> <p>Аудиторная мебель – Аудиторная мебель – компьютерные столы 10 шт., стулья 10 шт., компьютер в комплекте - 10 шт. с базовым лицензионным программным обеспечением и подключенным к сети Интернет; стол преподавателя, доска аудиторная для писания мелом; персональный компьютер с базовым лицензионным программным обеспечением и подключенным к сети Интернет. Комплект демонстрационного оборудования (экран и мультимедиа проектор).</p>	Новосибирск, Красный проспект, 35 НТИ (филиал) РГУ им. А.Н. Косыгина

9 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

(6 семестр)

№ не де ли	Лек-ции	Практ. за-нятия	Используемые учебно-методические материалы	Самостоятельная работа	Форма контроля
1	ЛК-1		Б-1 – Б-4, М-1	СИ-1	
		ПЗ-1	Б-1 – Б-4, М-1		собеседование
2	ЛК-2		Б-1 – Б-4, М-1	СИ-2	
		ПЗ-2	Б-1 – Б-4, М-1		собеседование
3	ЛК-3		Б-1 – Б-4, М-1	СИ-3	
		ПЗ-3	Б-1 – Б-4, М-1		собеседование
4	ЛК-4		Б-1 – Б-4, М-1	СИ-4	
		ПЗ-4	Б-1 – Б-4, М-1		собеседование
5	ЛК-5		Б-1 – Б-4, М-1	СИ-5	
		ПЗ-5	Б-1 – Б-4, М-1		Собеседование
6	ЛК-6		Б-1 – Б-4, М-1	СИ-6	
		ПЗ-6	Б-1 – Б-4, М-1		собеседование
7	ЛК-7		Б-1 – Б-4, М-1	СИ-7	
		ПЗ-7	Б-1 – Б-4, М-1		собеседование тестирование
8	ЛК-8		Б-1 – Б-4, М-1	СИ-8	
		ПЗ-8	Б-1 – Б-4, М-1		собеседование
9	ЛК-9		Б-1 – Б-4, М-1	СИ-9	
		ПЗ-9	Б-1 – Б-4, М-1		Собеседование

**10 ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ С
ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ НАПРАВЛЕНИЯ НА 2020/2021
УЧЕБНЫЙ ГОД**

Наименование дисциплин, изучение которых опирается на данную	Кафедра	Предложения об изменениях в раб. программу и под- пись зав. кафедрой	Решение, принятое ка- федрой, разрабатываю- щей программу и под- пись зав. кафедрой
<p align="center">Организационная психология Консультативная психология Психодиагностика</p>	<p align="center">ГНиИЯ</p>		

Декан факультета ФТиД _____ /Арчинова Е.В./ _____
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*

**11 ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ НА
 ___ / ___ УЧ. ГОД.**

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

Рабочая программа пересмотрена на заседании кафедры _____
 «___» _____ 20__ г.

Заведующий кафедрой _____
наименование кафедры личная подпись расшифровка подписи дата

Внесенные изменения утверждаю:

Декан ФТиД _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)
 «___» _____ 201__ г.

Приложение А

Оценка знаний студентов по балльно-рейтинговой системе по дисциплине «Психология эмоционального выгорания»,
направление 37.03.01 «Психология» (курс 3, семестр 6)

Вид контроля	Валлы	ДМ 1-3											ДМ 4-6						Всего							
		ТР (неделя)																								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		18						
Рубежный рейтинг	0-2																									
Посещаемость лк	1,5	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Самостоятельная работа	5	*										*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
Посещаемость пз	0,9					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
Конспекты лекций	3												*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
Ритмичность (пз)	0,6					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
Оформление отчета по пз	2					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
Защита пз	5					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
Рейтинг по дисциплине (промежуточный)																										
Зачет																										
Рейтинг по дисциплине																										
Итого																										

Примечание: ДМ-дисциплинарный модуль; ТР-текущий рейтинг

Преподаватель: _____

Зав. кафедрой ГНиИЯ: _____