

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

08 2021 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 з.е	Зачет 6 семестр
Практические занятия:	18 час. /0,5 з.е	
Самостоятельная работа:	32 час. / 0,9 з.е	
ВСЕГО	144 час. / 4 з.е	
В т.ч. контактная работа:	112 час./3,1 з.е	

Новосибирск 2021

Рецензия
на рабочую программу дисциплины Психология эмоционального выгорания
основной профессиональной 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 – часть, формируемая участниками образовательных отношений, дисциплины по выбору

Разработчиком рабочей программы дисциплины (РПД) «Психология эмоционального выгорания» является канд. социол. наук, доцент 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 соотносятся с общими целями основной профессиональной образовательной программы (ОПОП), в том числе - имеют междисциплинарный характер, - связаны с задачами воспитания.	Да Да Да
3	Прописана связь дисциплины с другими дисциплинами рабочего учебного плана по ОПОП	Да
4	Прописан вклад дисциплины при формировании компетенций (УК-9, ПК-3, ПК-12): - по ФГОС ВО по направлению 37.03.01 Психология, профиль «Социальная психология» - по ОПОП	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.	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

РПД «Психология эмоционального выгорания» может быть использована для методического обеспечения учебного процесса в рамках основной профессиональной 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, доцент 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), реализуемой в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом Минобрнауки России от 29.07.2020, № 839.
2. Базового учебного плана. Направление 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». - Набор 2021, (квалификация - бакалавр). – Новосибирск: Новосибирский технологический институт (филиал) Российского государственного университета им. А.Н. Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство) Утвержден Ученым советом НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина 27.05.2021, протокол № 9.

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. Протокол № 1 от 30 августа 2021 г.

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 ОПОП БАКАЛАВРА	6
3	ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ И КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ЗАВЕРШЕНИЮ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
5	ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ	14
6	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ...	15
7	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	18
8	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	20
9	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ	21
10	ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ НАПРАВЛЕНИЯ	22
11	ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ	23
	ПРИЛОЖЕНИЯ	24

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: Знания, полученные обучающимися 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: - способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах (УК-9); - способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3); - способность к просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества (ПК-12)</p>

<p>Поставщики процесса: Кафедра Гуманитарных наук и иностранных языков</p>	<p>Потребители процесса: Студенты 3 курса очной формы обучения и их будущие работодатели</p>
<p>Управляющие воздействия: - ФГОС ВО, - учебный план по направлению подготовки 37.03.01 «Психология», профиль – «Социальная психология» - рабочая программа по дисциплине -</p>	<p>Основные ресурсы: 4 ЗЕ (144 час.); аудиторная нагрузка: лек – 18 час., пз – 18 час.; самостоятельная работа – 32 час. Аудиторный фонд: аудитории института</p>
<p>Контролируемые параметры процесса: - участие в аудиторной работе, - тестирование - зачет (6 семестр),</p>	<p>Методы измерения параметров процесса: рейтинговая шкала 0-100 баллов, зачет</p>
<p>Показатели результативности: выполнение запланированных мероприятий в срок; рейтинг, обеспечивающий контрольные баллы, а также получение зачета</p>	<p>Периодичность оценки: Непрерывно, согласно графику проведения занятий и по завершению изучения дисциплины</p>

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП БАКАЛАВРА

Дисциплина Б1.В.ДВ.03.02 «Психология эмоционального выгорания» входит в блок Б1, часть, формируемая участниками образовательных отношений, 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 ОПОП, 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)
 После изучения дисциплины обучающийся будет:

Наименование категории (группы) обучающихся компетенций	Коды компетенций	Результаты освоения ОПОП Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Инклюзивная компетентность	УК-9	Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	ИД-1 ук-9 <i>знать</i> : принципы организации инклюзивного образования, модели инклюзивного взаимодействия; этические и социальные нормы общения с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья. ИД-1 ук-9 <i>уметь</i> : планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья. ИД-1 ук-9 <i>владеть</i> : навыками взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья	Собеседование; тестирование
Практическая	ПК-3	способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	<i>ИД-1 пк-3 знать</i> : принципы составления и структуру программ мониторинга; принципы составления и структуру психологической помощи. <i>ИД-2 пк-3 уметь</i> : обоснованно выбирать цели, задачи и приоритеты программ мониторинга; обоснованно выбирать цели, задачи и приоритеты психологической помощи. <i>ИД-3 пк-3 владеть</i> : навыками составления программ мониторинга; навыками составления программ психологической помощи.	
Педагогическая	ПК-12	способность к просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологического просвещения населения с целью повышения уровня психологической деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества. <i>ИД-2 пк-12 уметь</i> : выбирать цели и задачи просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества.	<i>ИД-1 пк-12 знать</i> : особенности просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества. <i>ИД-2 пк-12 уметь</i> : выбирать цели и задачи просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества.	

		<p>ской культуры общества</p>	<p>гической культуры общества. <i>ИД-3 ПК-12 владеть:</i> навыками просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества</p>	
--	--	-------------------------------	--	--

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)

4.2 Разделы дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы, 144 часа.

Форма контроля, семестр		Трудоемкость								Вид уч. занят.	Распределение по курсам и семестрам		
		в часах									в ЗЕ	3 курс	
		с преподавателями					СР	кон тр оль	Все-го			6 семестр	
Экз.	Зач.	Аудиторные занятия			В т.ч. кон-такт-ная	СР				кон тр оль	Все-го	в ЗЕ	ЛК
		ЛК	ПЗ	ЛБ									
-	6	18	18	-	112	32	-	144	4	ЛК	18		
										ПЗ	18		
										ЛБ	-		

Таблица 4.2 – Разделы дисциплины

№ пп	Раздел дисциплины	Семестр	Вид учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся трудоемкость						Формы текущего контроля успеваемости
			ЛК	ЛБ	ПЗ	кон-такт-ная работа	СР	В зе	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Понятие и сущность Синдрома эмоционального выгорания	6	4		4	18,5	5		- собеседование; - тестирование;
2	Факторы профессиональной деформации сознания личности	6	2		2	18,5	5		
3	Условия работы, влияющие на развитие профессионального выгорания	6	4		4	18,5	5		
4	Личностные и общественные фак-	6	6		6	18,5	5		

	торы развития выгорания								
5	Резервы психики	6	2		2	18,5	5		
6	Проявление синдрома эмоционального выгорания у представителей разных профессий	6	2		2	19,5	7		
Итоговый контроль – зачет									
Всего			18	-	18	112	32	4	144 час.

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 дисциплины, используемые образовательные технологии, интерактивные методы)	Содержание раздела			
		№ темы	Наименование темы, дидактика	Объ ем, час	Ссылки на компетенции
1	2	3	4	5	6
Семестр 6					
1	Понятие и сущность Синдрома эмоционального выгорания	ЛК-1	Появление термина «синдром эмоционального выгорания». Связь с профессиональной деформацией, сходство и отличие.	2	УК-9 ПК-3 ПК-12
		ЛК-2	Развитие науки об эмоциональном выгорании. Вклад зарубежных ученых в разработку проблемы. Отечественные исследования проблемы.	2	
	Самостоятельное изучение	СИ- 1	Профессии, наиболее подверженные профессиональному выгоранию. Постоянное расширение числа профессий, подверженных профессиональному выгоранию.	2,5	
		СИ-2	Специфика контингента, с которым работает психолог. Девиантное поведение клиентов и профессиональные вредности.	2,5	
	Контактная работа	СРП	Самостоятельная работа под руководством преподавателя	-	
		КАт	Контроль за текущей аттестацией	3,6	
		КСР	Контроль самостоятельной работы студентов	9	
				Итого	12,6
<i>Итого по разделу 1</i>				4/5/12,6	
2	Факторы профессио-	ЛК-3	Особенности труда сферы «человек-человек». Влияние стажа на развитие	2	

	нальной деформации личности и сознания		деформаций. Психофизиологические особенности мужчин и женщин, их влияние на развитие эмоционального выгорания.		
	Самостоятельное 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	5	
	Контактная работа	СРП	Самостоятельная работа под руководством преподавателя	-	
		КАт	Контроль за текущей аттестацией	3,6	
		КСР	Контроль самостоятельной работы студентов	9	
		Итого		12,6	
<i>Итого по разделу 2</i>				2/5/12,6	
3	Условия работы, влияющие на развитие профессионального выгорания	ЛК-4	Влияние условий работы на развитие профессионального выгорания. Взаимоотношения с сотрудниками и руководством, режим труда и отдыха, заработная плата, престиж профессии.	2	УК-9 ПК-3 ПК-12
		СИ-4	Условия для профессионального роста и самореализации работника как профессионала. Проблема отчуждения при выгорании. Снижение мотивации, разочарование в выбранной профессии. Психосоматические расстройства.	5	
	Контактная работа	СРП	Самостоятельная работа под руководством преподавателя	-	
		КАт	Контроль за текущей аттестацией	3,6	
		КСР	Контроль самостоятельной работы студентов	9	
	Итого		12,6		
<i>Итого по разделу 3</i>				2/5/12,6	
4	Личностные и общественные факторы развития выгорания	ЛК-5	Общие представления о синдроме эмоционального выгорания	2	УК-9 ПК-3 ПК-12
		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.	1,5	
		СИ-6	Условия для профессионального роста и самореализации работника как профессионала. Проблема отчуждения при выгорании.	1,5	

		СИ-7	Снижение мотивации, разочарование в выбранной профессии. Психосоматические расстройства.	2	
	Контактная работа	СРП	Самостоятельная работа под руководством преподавателя	-	
		КАт	Контроль за текущей аттестацией	3,6	
		КСР	Контроль самостоятельной работы студентов	9	
		Итого		12,6	
<i>Итого по разделу 4</i>				6/5/12,6	
5	Резервы психики	ЛК-8	Противоречия, гармония, конфликт в жизни человека. Принцип стремления к равновесию. Принцип саморазвития человека.	2	УК-9 ПК-3 ПК-12
	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.	5	
	Контактная работа	СРП	Самостоятельная работа под руководством преподавателя	-	
		КАт	Контроль за текущей аттестацией	3,6	
		КСР	Контроль самостоятельной работы студентов	9	
		Итого		12,6	
<i>Итого по разделу 5</i>				2/5/12,6	
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	УК-9 ПК-3 ПК-12
	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.	7	
	Контактная	СРП	Самостоятельная работа под руководством преподавателя	-	

работа	давателя		
	КАт	Контроль за текущей аттестацией	4
	КСР	Контроль самостоятельной работы студентов	9
	Итого		13
<i>Итого по разделу б</i>			2/7/13
Итоговый контроль		зачет	
Итого по учебной дисциплине			18/32/76

4.3.2 Практические занятия

Таблица 4.4 – Характеристика практических учебных занятий

Ссылки на компетенции	№ ЛБ	Наименование темы практического занятия	Объем, час	Учебная деятельность студента
1	2	3	4	5
Семестр 6				
УК-9 ПК-3 ПК-12	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.
	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.
	ПЗ -3-4	Методы психофизиологического регулирования	2	Исторический обзор исследований синдрома эмоционального выгорания в России и за рубежом. Исследования Х.Фрейденбергер. 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.
ПЗ -5-7	Проявление синдрома эмоционального выгорания у представителей разных	2	Специфика синдрома эмоционального выгорания для инженерно-технических работников. Специфика синдрома эмоционального выгорания для менеджеров высшего и среднего звена. Специфика синдрома эмоционального выгорания	

		профессий		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.
	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	х		
IT-методы	х	х	х
Командная работа		х	х
Опережающая СРС			х
Индивидуальное обучение		х	
Проблемное обучение	х	х	
Обучение на основе опыта		х	

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 ***
УК-9	универсальные	Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	Лекции, самостоятельная работа, практическое занятие	Собеседование; тестирование;
ПК-3	профессиональные	способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	Лекции, самостоятельная работа, практическое занятие	Собеседование; тестирование;
ПК-12	профессиональные	способность к просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества	Лекции, самостоятельная работа, практическое занятие	Собеседование; тестирование;

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;
2.	Подготовка к зачету	1-6	зачет

На самостоятельную работу выделяется 32 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 литературой

№ 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	<p>Психология эмоционального выгорания</p> <p>Основная литература: Б-1 Пичугин, В.Г. Эмоциональная устойчивость: техника развития / В.Г. Пичугин. - Москва: Вершина, 2009. - 256 с. - URL: https://altairbook.com/books/4149579-emocionalnaya-ustoychivost-tehnika-gazvitiya.html Б-2 Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции: учебное пособие / Ю. В. Щербатых. - Санкт-Петербург: Питер, 2006. - 256 с. - URL: 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: Издательство 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. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. - Санкт-Петербург: Питер, 2005. - 336 с. - URL: https://kingmed.info/knigi/Psichiatria/book_2930/Sindrom_vigoraniya_diagnostika_i_profilaktika-Vodopyanova_NE_Starchenkova_ES-2008-pdf Б-5 Е.И. Чердымова, Е.Л. Синдром эмоционального выгорания специалиста: монография / Е.И. Чердымова, Е.Л. Чернышова, В.Я. Мачнев. - Самара: Издательство Самарского университета, 2019. - 124 с. - URL: http://91.222.128.30/handle/Monografi/Sindrom-emocionalnogo-vyigoraniya-specialista-Elektronnyj-resurs-monografiya-79346 Б-6 Кравченко, Ю. Е. Психология эмоций. Классические и современные теории и исследования: учеб-</p>	100%	100%	

ное пособие / Ю.Е. Кравченко. — Москва: ФОРУМ : ИНФРА-М, 2021. — 544 с. - URL: <https://znanium.com/read?id=360503>
Б-7 Кузнецова, Е.В. Психология стресса и эмоционального выгорания: учебное пособие / Е.В. Кузнецова, В.Г. Петровская, С.А. Рязанцева.- Куйбышев, 2012. - 96 с.- URL: http://new.academy.edu.by/files/documents/VRVUO/2012_Kuznetsova_Petrovskaya.pdf

Учебно-методическая литература:

М-1 Добраина, 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. Добраина. – Новосибирск: НТИ (филиал) РГУ им. А.Н. Косыгина, 2021. – 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 / составитель О.А. Добраина. – Новосибирск: НТИ (филиал) РГУ им. А.Н. Косыгина, 2021. – 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.znaniyum.com>

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

Зав. библиотекой

(подпись)

/ Н.И. Русских / *30.07.2022*

(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	501 ауд. Учебно-научная лаборатория психологии и менеджмента. 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). 502 ауд. Учебно-научная лаборатория психологии и менеджмента. 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).	Новосибирск, Красный проспект, 35 НТИ (филиал) РГУ им. А.Н. Косыгина

8.2 Программное обеспечение

Microsoft Windows ®

Microsoft Office

9 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

(6 семестр)

№ недели	Лекции	Практик. занятия	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

11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Психология эмоционального выгорания» НА 2022/2023 УЧ.ГОД

1. С учетом развития науки, техники, культуры, технологий и социальной сферы в рабочую программу вносятся следующие изменения:

Пункт 7 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ»

Таблица 7.1 Обеспечение образовательного процесса по образовательной программе 37.03.01 Психология (квалификация «бакалавр») учебной и учебно-методической литературой

Б-6 Кравченко, Ю. Е. Психология эмоций. Классические и современные теории и исследования: учебное пособие / Ю.Е. Кравченко. — Москва: ФОРУМ : ИНФРА-М, 2021. — 544 с. - URL: <https://znanium.com/read?id=360503>

Б-7 Кузнецова, Е.В. Психология стресса и эмоционального выгорания: учебное пособие / Е.В. Кузнецова, В.Г. Петровская, С.А. Рязанцева.- Куйбышев, 2012. - 96 с.- URL: http://new.academy.edu.by/files/documents/VRVUO/2012_Kuznetsova_Petrovskaya.pdf

Рабочая программа пересмотрена на заседании кафедры Гуманитарных наук и иностранных языков. Протокол № 1 от 30.08.2022

Зав. кафедрой _____



Г.Г. Печурина

Зав. библиотекой _____



Н.И. Русских

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	Баллы	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							*		*			*				*									*		6
Ритмичность (пз)	0,6					*		*		*		*		*		*		*							*			3,0
Оформление отчета по пз	2					*		*		*		*		*		*		*							*			8
Защита пз	5					*		*		*		*		*		*		*							*			20
Рейтинг по дисциплине (промежуточный)																												40-80
Зачет																												20
Рейтинг по дисциплине																												80-100

Примечание: ДМ-дисциплинарный модуль; ТР-текущий рейтинг

Преподаватель:

(подпись)

(ФИО)

Зав. кафедрой ГНиИЯ:

(подпись)

(ФИО)