



Силабус навчальної дисципліни

«ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО ТА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ОСВІТНЬОЇ СФЕРИ»

Спеціальність	053 «Психологія»
Освітня програма	«Практична психологія»
Освітній рівень	перший (бакалаврський)
Статус дисципліни	вибіркова
Мова викладання	українська
Курс / семестр	3 курс, 6 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	4
Розподіл за видами занять та годинами навчання	лекції - 20 год.
	практичні - 22 год.
	лабораторні -
	самостійна робота - 78 год.
Форма підсумкового контролю	Диф.залік
Кафедра	Психології та педагогіки 313-ц, https://nupp.edu.ua/page/kafedra-psikhologii-ta-pedagogiki.html
Викладач (-і)	Тесленко Марина Миколаївна, к.пед.н., доц.
Контактна інформація викладача	marynateslenko@ukr.net
Дні занять	за розкладом, відповідно до графіку навчального процесу
Консультації	аудиторія 313-ц, відповідно до графіку
Мета навчальної дисципліни – полягає в формуванні системи базових знань, умінь та практичних навичок для застосування психологічних технологій діагностики, профілактики та корекції професійного вигорання працівників освітньої сфери.	
Програмні результати навчання У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен оволодіти такими вміннями й навичками: – Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань. – Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги. – Презентувати результати власних досліджень усно / письмово для фахівців і нефаківців. – Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника. – Скласти та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.	
Передумови для навчання Попередньо опановані дисципліни: «Експериментальна психологія», «Психологічне консультування».	
Індивідуальне завдання	не передбачено
Зміст навчальної дисципліни Тема 1. Теоретичні основи вивчення синдрому емоційного та професійного вигорання. Тема 2. Види синдрому вигорання. Професійне та емоційне вигорання працівників освітньої сфери. Тема 3. Організація робочого процесу працівників освітньої сфери Тема 4. Колективні форми роботи в закладах освіти, групова супервізія. Тема 5. Управління професійним стресом та профілактика дистресу і вигорання.	



Тема 6. Концепція мобінгу: ознаки, види, причини, форми, наслідки.

Тема 7. Психодіагностичні методи синдрому емоційного та професійного вигорання.

Тема 8. Способи психологічної допомоги при синдромі емоційного та професійного вигорання.

**Сторінка курсу на
платформі Moodle**

<https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=6497>

Рекомендовані джерела

Базова

1. Емоційне вигорання / [упоряд. : В. Дудяк]. К.: Главник, 2007. С. 128.
2. Карамушка Л. М. Дослідження синдрому «професійного вигорання» у вчителів. / Л.М. Карамушка, Т.В. Зайчикові, О.С. Ковальчук, Г.Л. Федосова, О.Ф. Філатова, О.А Філь К.: Міленіум. 2004. 24 с.
3. Карамушка Л. М., Бондарчук О. І., Грубі Т. В. Методики дослідження перфекціонізму, трудоголізму та прокрастинації особистості: метод. посіб. Кам'янець-Подільський : ПП «Аксіома», 2019. 80 с.
4. Кокун О.М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: монографія. К.: ДП "Інформ.-аналіт. агенство", 2012. – 200 с.
5. Максименко С.Д., Карамушка Л.М., Зайчикова Т.В. [та ін.]. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти. Київ: Міленіум, 2004. 264 с.
6. Мірошніченко О. Профілактика «синдрому» професійного вигорання у працюючих в екстремальних умовах: начальнo-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2013. 155 с.
7. Пахомов І.В. Профілактика професійного та емоційного вигорання педагогічних працівників закладів професійної (професійно-технічної) освіти: навчальний посібник. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. 114 с.

Допоміжна:

8. Батуріна М., Новолаєв А. Шляхи попередження «професійного вигорання» педагогів. Актуальні питання гуманітарних наук. Педагогіка. Вип. 15. 2016. С. 265-270.
9. Гурлева Т. Стрессова ситуація: допомогти самому собі / Тетяна Гурлева // Практичний психолог: Школа, № 05/2014. — С. 37-40.
10. Корабльова О.О. Вплив мобінгу на формування та соціалізацію особистості / О.О. Корабльова [Електронний ресурс]. 2010 – Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Znpkhst_2014_2_30.pdf.
11. Лагутіна І.В. Мобінг на робочому місці : правовий аспект / І.В. Лагутіна [Електронний ресурс]. 2011 – Режим доступу : <http://www.apdp.in.ua/v57/18.pdf>.
12. Саламатіна Є. Профілактика професійного вигорання / Є. Саламатіна// Психолог. – 2013. – № 8. – С. 26-28.
13. Тесленко М.М., Мошинська А.В. Позитивний вплив методу психотерапії безлогічного усунення негативних програм при емоційному вигоранні. Психологія розвитку та життєстійкості особистості: наукові студії : монографія / авт. кол. : Н. О. Гончарова, М. М. Кононова, В. А. Лавріненко, М. М. Мельничук [та ін.] ; за ред.: М. М. Кононової, Полтава. 2024. – 300 с.
14. Syndrome of emotional burnout. Public fund “Mental Health”, Project “Mental health and HIV/AIDS”, Kazakhstan, Almaty. Bulletin №1 (3) 2008 URL: https://www.aidsactioneurope.org/sites/default/files/659-0_0.pdf

Система оцінювання результатів навчання

За результатами поточного контролю протягом семестру студент може отримати максимально 70 балів, за результатами підсумкового контролю 30 балів. Студент, який повністю виконав програму навчальної дисципліни і отримав достатню рейтингову оцінку (не менше 35 балів), допускається до підсумкового контролю з дисципліни.

Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в робочій навчальній програмі

Накопичування балів з навчальної дисципліни



Види навчальної роботи		Мах кількість балів
Робота на заняттях та виконання практичних завдань		70
Диф.залік		30
Максимальна кількість балів		100
Відповідність шкали оцінювання ЄКТС національній системі оцінювання та шкалі оцінювання Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»		
Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90 - 100	A	відмінно
82 - 89	B	добре
74 - 81	C	
64 - 73	D	задовільно
60 - 63	E	
35 - 59	FX	незадовільно
1 - 34	F	
Політика навчальної дисципліни		
Вивчення навчальної дисципліни потребує роботи з інформаційними джерелами, підготовки до лекцій, практичних і лабораторних занять, виконання усіх завдань згідно з навчальним планом. Підготовка до практичних занять передбачає: ознайомлення з питаннями, які виносяться на заняття з відповідної теми; вивчення лекційного матеріалу. Рішення практичних завдань повинно демонструвати ознаки самостійності виконання здобувачем такої роботи, відсутність ознак повторюваності та плагіату. Присутність здобувачів вищої освіти на практичних і лекційних заняттях є обов'язковою. Пропущене заняття має бути відпрацьоване. Здобувач вищої освіти повинен дотримуватися навчальної етики, поважно ставитися до учасників процесу навчання, дотримуватися дисципліни й часових (строкових) параметрів навчального процесу.		
Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у робочій програмі навчальної дисципліни https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=6497		

Силабус затверджено на засіданні кафедри психології та педагогіки
27 серпня 2024 р. Протокол № 1