



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

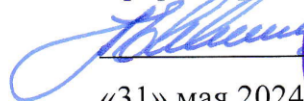
**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Факультет педагогики, психологии и физической культуры  
Кафедра профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

### **ФТД.01 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по работе с филиалами

  
«31» мая 2024



### **ДИАГНОСТИКА И ПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) Психология и социальная педагогика

Форма обучения очная

Квалификация (степень) выпускника бакалавр

Краснодар 2024

Рабочая программа дисциплины «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 г. № 122, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации от 15.03.2018 г. регистрационный № 50364.  
Программу составил(и):

Л.Г.Юрченко, доц., канд. психол. наук, доц.

Рабочая программа дисциплины ФТД.01 «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания» утверждена на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры  
протокол № 10 от «03» мая 2024 г.

Заведующий кафедрой профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

Лукьяненко М. А.

Утверждена на заседании учебно-методического совета филиала  
протокол № 9 «16» мая 2024 г.

Председатель УМС филиала  
Рецензенты:

Поздняков С. А.

Пышная Людмила Никитична  
Директор МБОУ СОШ № 18  
г. Славянска-на-Кубани

Катаева Нина Вениаминовна  
Директор МБОУ СОШ № 5  
г. Славянска-на-Кубани



## Содержание

1.1 Цель освоения дисциплины.....	4
1.2 Задачи дисциплины.....	4
1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
2. Структура и содержание дисциплины .....	5
2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ .....	5
2.2 Структура дисциплины.....	6
2.3 Содержание разделов дисциплины .....	6
2.3.1 Занятия лекционного типа.....	6
2.3.2 Занятия семинарского типа .....	8
2.3.4 Примерная тематика курсовых работ.....	10
2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине .....	10
3 Образовательные технологии .....	12
4 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации... 14	14
4 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.... 14	14
5. Перечень учебной литературы, информационных ресурсов и технологий .....	20
5.1 Учебная литература.....	20
5.2. Периодическая литература.....	20
6 Методические указания для студентов по освоению дисциплины .....	22
7 Материально-техническое обеспечение по дисциплине.....	25

### 1.1 Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания» является:

Формирование у студентов компетенции:

ПК- 1 способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса;

### 1.2 Задачи дисциплины

Изучение дисциплины «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания» направлена на формирование у студентов компетенции:

ПК- 1 способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса;

В соответствии с этим ставятся следующие задачи дисциплины.

1. Формирование знаний, умений, навыков, связанных с умением эффективно применять предметные знания при реализации образовательного процесса;

2. Формирование умений диагностировать «эмоциональное выгорание», владеть методиками по профилактике эмоционального выгорания и улучшению качества профессиональной деятельности.

3. Стимулирование самостоятельной работы по освоению содержания данной дисциплины и формированию компетенции.

### 1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания» относится к ФТД. Факультативы учебного плана.

Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: Для освоения дисциплины «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: «Психология развития», «Психология (дошкольного, младшего школьного, подросткового возраста)», «Возрастная анатомия и физиология», «Детская психология», «Дошкольная педагогика», «Психология делового общения», «Педагогическая психология» и другие.

### 1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование индикатора* достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
<b>ПК- 1 способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса;</b>	
ИПК-1.1. Учитывает методологию психолого-педагогической науки, основы возрастной и педагогической психологии, методы, используемые в педагогике и психологии;	Знает основные особенности взаимодействия с родителями (законными представителями), педагогическими работниками, в том числе с педагогом-психологом. Уметь критически анализировать учебные материалы предметной

ИПК-1.2. Разрабатывает и реализовывает дополнительные образовательные программы, направленные на развитие психолого-педагогической компетентности педагогических и административных работников, родителей (законных представителей) обучающихся;	области с точки зрения их научности, психолого-педагогической и методической целесообразности использования; анализировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать тезис-план консультации по вопросам психолого-педагогической деятельности, уметь подбирать диагностический материал с учетом психологического запроса, проводить диагностические процедуры, анализировать данные диагностики, составлять психолого-педагогические заключения. Владеет методиками измерения уровня психоэмоционального выгорания и разрешения проблемы эмоционального выгорания.
ИПК-1.3. Разрабатывает психологические рекомендации по проектированию образовательной среды, обеспечивающей преемственность содержания и форм организации образовательного процесса по отношению ко всем уровням реализации основных общеобразовательных программ;	
ИПК-1.4. Анализирует и выбирает оптимальные педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями	

Результаты обучения по дисциплине достигаются в рамках осуществления всех видов контактной и самостоятельной работы обучающихся в соответствии с утвержденным учебным планом. Индикаторы достижения компетенций считаются сформированными при достижении соответствующих им результатов обучения.

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зач. ед. (180 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице  
(для студентов ОФО).

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		(часы) <b>6</b>
<b>Контактная работа, в том числе:</b>		
<b>Аудиторные занятия (всего):</b>	<b>42</b>	<b>42</b>
Занятия лекционного типа	18	18
Лабораторные занятия	-	-
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	24	24
<b>Иная контактная работа</b>	-	-
Контроль самостоятельной работы (КСР)	2	2
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2	0,2
<b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>		
Курсовая работа	-	-
Проработка учебного (теоретического) материала	49,8	49,8
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)	10	10
Реферат	-	-
Подготовка к текущему контролю	4	4
<b>Контроль:</b>		

Подготовка к зачету			
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>час.</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
	<b>в том числе контактная работа</b>	<b>44,2</b>	<b>44,2</b>
	<b>зачетных ед.</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

## 2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы дисциплины, изучаемые в 6 семестре (очная форма)

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
<b>6 семестр</b>						
1	1. Феномен психического выгорания.	9	2	2		5
2	2. Стресс. Симптомы и психодиагностика стресса.	16	2	4		10
3	3. Факторы риска психического выгорания	16	2	4		10
4	4. «Выгорание» специалистов различных профессий.	15	4	2		9
5	5. Экзистенциальные аспекты выгорания	11,8	2	4		5,8
6	6. Модели и методы измерения психического выгорания	18	4	4		10
7	7. Управление стрессом и профилактика выгорания. Практика преодоления стресса.	16	2	4		10
<b>ИТОГО по разделам дисциплины</b>		<b>101,8</b>	<b>18</b>	<b>24</b>		<b>59,8</b>
Контроль самостоятельной работы (КСР)		2	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,2	-	-	-	-
Подготовка к текущему контролю		4	-	-	-	4
<b>Общая трудоемкость по дисциплине</b>		<b>108</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	-	<b>63,8</b>

## 2.3 Содержание разделов дисциплины

### 2.3.1 Занятия лекционного типа

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4

6 семестр			
1.	1. Феномен психического выгорания.	Феномен психического выгорания. Компоненты выгорания: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию персональных достижений. Симптомы, сигнализирующие о развитии выгорания.	У
2.	2. Стресс. Симптомы и психодиагностика стресса.	Понятие «стресса» и «дистресса». Психическое выгорание как следствие стресса на работе. Последствия стрессов. Признаки стресса.	У
3.	3. Факторы риска психического выгорания	Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска психического выгорания. Пол и выгорание. Личностные факторы риска выгорания. Ролевые факторы риска выгорания. Кросс-культурные факторы выгорания.	У
4.	4. «Выгорание» специалистов различных профессий.	Профессия и выгорание. выгорание медицинских работников. Выгорание работающих на телефоне. Профессиональное выгорание торговых агентов. Выгорание учителей.	У,Т
5.	5. Экзистенциальные аспекты выгорания	Неудовлетворенность осуществлением смысла жизни и выгорание. неудовлетворенность качеством жизни. Переживание одиночества и выгорание.	ПЗ
6.	6. Модели и методы измерения психического выгорания	Модели выгорания. Процессуальные модели выгорания. Шкала психологического стресса. «Опросник эмоциональное выгорание» В.В. Бойко.	У
	7. Управление стрессом и профилактика выгорания. Практика преодоления стресса.	Действия, позволяющие справиться с синдромом выгорания. Социальная поддержка как защита от выгорания. Модели тренингов антивыгорания. Рецепты избавления от стресса. Иррациональные и рациональные идеи примеры реструктурирования. Позитивное мышление. Правила эмоционального поведения как профилактика эмоционального выгорания. Навыки психической саморегуляции как внутренний ресурс.	Т

Примечание: У – устный опрос, Т – тестирование, ПЗ – практическое занятие

### 2.3.2 Занятия семинарского типа

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
<b>6 семестр</b>			
1	Феномен психического выгорания.	<p>Занятие 1</p> <p>Тема: Феномен психического выгорания.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Феномен психического выгорания.</li> <li>2. Компоненты выгорания: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию персональных достижений.</li> <li>3. Симптомы, сигнализирующие о развитии выгорания.</li> </ol>	ПР
2	Стресс. Симптомы стресса.	<p>Занятие 2</p> <p>Тема: Феномен психического выгорания.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Феномен психического выгорания.</p> <p>Компоненты выгорания: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию персональных достижений.</p> <p>Занятие 3</p> <p>Тема: Феномен психического выгорания.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Последствия стрессов.</li> <li>2. Признаки стресса.</li> </ol>	ПР
3	Факторы психического выгорания. риска	<p>Занятие 4</p> <p>Тема: Факторы риска психического выгорания.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска психического выгорания.</li> <li>2. Пол и выгорание. Личностные факторы риска выгорания.</li> </ol> <p>Занятие 5</p> <p>Тема: Факторы риска психического выгорания.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ролевые факторы риска выгорания.</li> <li>2. Кросс-культурные факторы выгорания.</li> </ol>	ПР
4	«Выгорание» специалистов различных профессий.	<p>Занятие 6</p> <p>Тема: «Выгорание» специалистов различных профессий.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Профессия и выгорание.</li> <li>2. Выгорание медицинских работников.</li> </ol>	ПР



		<p>3. Выгорание работающих на телефоне Занятие 7 Тема: «Выгорание» специалистов различных профессий. Вопросы для обсуждения: 1. Профессиональное выгорание торговых агентов. 2. Выгорание учителей.</p>	
5	<p>Экзистенциальные аспекты выгорания.</p>	<p>Занятие 8 Тема: Экзистенциальные аспекты выгорания. Вопросы для обсуждения: 1. Неудовлетворенность осуществлением смысла жизни и выгорание. 2. Неудовлетворенность качеством жизни. Занятие 9 Тема: Экзистенциальные аспекты выгорания. Вопросы для обсуждения: 1. Профилактика выгорания. 2. Психологическое понятие жизненный ресурс</p>	У,Т
6	<p>Модели и методы измерения психического выгорания.</p>	<p>Занятие 10 Тема: Модели и методы измерения психического выгорания. Вопросы для обсуждения: 1. Модели выгорания. 2. Процессуальные модели выгорания Занятие 11 Тема: Проблемы одиночества Вопросы для обсуждения: 1. Переживание одиночества и выгорание. 2. Профилактика одиночества.</p>	ПР
7	<p>Управление стрессом и профилактика выгорания.</p>	<p>Занятие 12 Тема: Управление стрессом и профилактика выгорания. Вопросы для обсуждения: 1. Действия, позволяющие справиться с синдромом выгорания. 2. Социальная поддержка как защита от выгорания. Модели тренингов антивыгорания. 3. Рецепты избавления от стресса.  Тема: Практика преодоления стресса и</p>	У,Т

	<p>выгорания.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Иррациональные и рациональные идеи: примеры реструктурирования. Позитивное мышление.</li> <li>2. Правила эмоционального поведения как профилактика эмоционального выгорания (В.В. Бойко).</li> <li>3. Навыки психической саморегуляции как внутренний ресурс.</li> </ol>	
--	---	--

Примечание: У – устный опрос, Т – тестирование, ПР – практическая работа.

### 2.3.3 Лабораторные занятия

Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом

### 2.3.4 Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

## 2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

№	Вид СР	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	2	3
6 семестр		
1	Подготовка к практическому занятию	Хидекель, М. Жизнь в ресурсе. Как справиться с эмоциональным выгоранием : практическое пособие / М. Хидекель ; перевод с английского – Москва : Альпина Пабл., 2022. – 276 с. – URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2117096">https://znanium.ru/catalog/product/2117096</a> . – ISBN 978-5-9614-7860-0. Вараева, Н. В. Программа профилактики эмоционального выгорания специалистов «Работа в радость» / Н. В. Вараева. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2019. – 53 с. – URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/119316">https://e.lanbook.com/book/119316</a> . – ISBN 978-5-9765-1708-0.
2	Подготовка к практическому занятию	Хидекель, М. Жизнь в ресурсе. Как справиться с эмоциональным выгоранием : практическое пособие / М. Хидекель ; перевод с английского – Москва : Альпина Пабл., 2022. – 276 с. – URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2117096">https://znanium.ru/catalog/product/2117096</a> . – ISBN 978-5-9614-7860-0. Вараева, Н. В. Программа профилактики эмоционального выгорания специалистов «Работа в радость» / Н. В. Вараева. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2019. – 53 с. – URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/119316">https://e.lanbook.com/book/119316</a> . – ISBN 978-5-9765-1708-0.
3	Подготовка к практическому занятию	Хидекель, М. Жизнь в ресурсе. Как справиться с эмоциональным выгоранием : практическое пособие / М. Хидекель ; перевод с английского – Москва : Альпина Пабл., 2022. – 276 с. – URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2117096">https://znanium.ru/catalog/product/2117096</a> . – ISBN 978-5-9614-7860-0.

		Вараева, Н. В. Программа профилактики эмоционального выгорания специалистов «Работа в радость» / Н. В. Вараева. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2019. – 53 с. – URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/119316">https://e.lanbook.com/book/119316</a> . – ISBN 978-5-9765-1708-0.
4	Подготовка к практическому занятию	Хидекель, М. Жизнь в ресурсе. Как справиться с эмоциональным выгоранием : практическое пособие / М. Хидекель ; перевод с английского – Москва : Альпина Пабли., 2022. – 276 с. – URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2117096">https://znanium.ru/catalog/product/2117096</a> . – ISBN 978-5-9614-7860-0. Вараева, Н. В. Программа профилактики эмоционального выгорания специалистов «Работа в радость» / Н. В. Вараева. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2019. – 53 с. – URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/119316">https://e.lanbook.com/book/119316</a> . – ISBN 978-5-9765-1708-0.
5	Подготовка к устному опросу и тестированию	Хидекель, М. Жизнь в ресурсе. Как справиться с эмоциональным выгоранием : практическое пособие / М. Хидекель ; перевод с английского – Москва : Альпина Пабли., 2022. – 276 с. – URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2117096">https://znanium.ru/catalog/product/2117096</a> . – ISBN 978-5-9614-7860-0. Вараева, Н. В. Программа профилактики эмоционального выгорания специалистов «Работа в радость» / Н. В. Вараева. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2019. – 53 с. – URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/119316">https://e.lanbook.com/book/119316</a> . – ISBN 978-5-9765-1708-0.
6	Подготовка к практическому занятию	Хидекель, М. Жизнь в ресурсе. Как справиться с эмоциональным выгоранием : практическое пособие / М. Хидекель ; перевод с английского – Москва : Альпина Пабли., 2022. – 276 с. – URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2117096">https://znanium.ru/catalog/product/2117096</a> . – ISBN 978-5-9614-7860-0. Хидекель, М. Жизнь в ресурсе. Как справиться с эмоциональным выгоранием : практическое пособие / М. Хидекель ; перевод с английского – Москва : Альпина Пабли., 2022. – 276 с. – URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2117096">https://znanium.ru/catalog/product/2117096</a> . – ISBN 978-5-9614-7860-0. Вараева, Н. В. Программа профилактики эмоционального выгорания специалистов «Работа в радость» / Н. В. Вараева. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2019. – 53 с. – URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/119316">https://e.lanbook.com/book/119316</a> . – ISBN 978-5-9765-1708-0.
7	Подготовка к устному опросу и тестированию	Хидекель, М. Жизнь в ресурсе. Как справиться с эмоциональным выгоранием : практическое пособие / М. Хидекель ; перевод с английского – Москва : Альпина Пабли., 2022. – 276 с. – URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2117096">https://znanium.ru/catalog/product/2117096</a> . – ISBN 978-5-9614-7860-0. Вараева, Н. В. Программа профилактики эмоционального

		выгорания специалистов «Работа в радость» / Н. В. Вараева. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2019. – 53 с. – URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/119316">https://e.lanbook.com/book/119316</a> . – ISBN 978-5-9765-1708-0.
--	--	--

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

– в форме электронного документа,

Для лиц с нарушениями слуха:

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

– в форме электронного документа,

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

### **3 Образовательные технологии**

В ходе изучения дисциплины предусмотрено использование следующих образовательных технологий: лекции, практические занятия, проблемное обучение, модульная технология, подготовка письменных аналитических работ, самостоятельная работа студентов.

Компетентностный подход в рамках преподавания дисциплины реализуется в использовании интерактивных технологий и активных методов (проектных методик, мозгового штурма, разбора конкретных ситуаций, анализа педагогических задач) в сочетании с внеаудиторной работой.

Информационные технологии, применяемые при изучении дисциплины: использование информационных ресурсов, доступных в информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

Адаптивные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины - для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена организация консультаций с использованием электронной почты.

### **Образовательные технологии при проведении лекций**

Лекция – одна из основных форм организации учебного процесса, представляющая собой устное, монологическое, систематическое, последовательное изложение преподавателем учебного материала. Она предшествует всем другим формам организации учебного процесса, позволяет оперативно актуализировать учебный материал дисциплины. Для повышения эффективности лекций целесообразно воспользоваться следующими рекомендациями:

- четко и ясно структурировать занятие;
- рационально дозировать материал в каждом из разделов;
- использовать простой, доступный язык, образную речь с примерами и сравнениями;
- отказаться, насколько это возможно, от иностранных слов;
- использовать наглядные пособия, схемы, таблицы, модели, графики и т. п.;
- применять риторические и уточняющие понимание материала вопросы;
- обращаться к техническим средствам обучения.

№	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	2	3	4

6 семестр			
1	Феномен психического выгорания.	Технология концентрированного обучения	2
2	Стресс. Симптомы стресса.	Информационная технология	2
3	Факторы риска психического выгорания.	Публичная презентация проекта	4*
4	«Выгорание» специалистов различных профессий.	Аудиовизуальная технология, проблемное изложение с привлечением специалиста *	2
5	Экзистенциальные аспекты выгорания.	Аудиовизуальная технология, проблемное изложение	4*
6	Модели и методы измерения психического выгорания.	Технология концентрированного обучения	2
7.	Управление стрессом и профилактика выгорания.	Проблемное изложение	2
Итого по курсу			18
в том числе интерактивное обучение*			8*

#### **Образовательные технологии при проведении практических занятий**

Практическое (семинарское) занятие – основная интерактивная форма организации учебного процесса, дополняющая теоретический курс или лекционную часть учебной дисциплины и призванная помочь обучающимся освоиться в «пространстве» дисциплины; самостоятельно оперировать теоретическими знаниями на конкретном учебном материале. Для практического занятия в качестве темы выбирается обычно такая учебная задача, которая предполагает не существенные эвристические и аналитические напряжения и продвижения, а потребность обучающегося «потрогать» материал, опознать в конкретном то общее, о чем говорилось в лекции.

№	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	2	3	4
6 семестр			
1	Феномен психического выгорания.	Индивидуализированное обучение с групповым обсуждением итогов	4
2	Стресс. Симптомы стресса.	Семинар в форме диспута	4
3	Факторы риска психического выгорания.	Круглый стол	2*
4	«Выгорание» специалистов различных профессий.	Семинар в форме диспута	4

5	Экзистенциальные аспекты выгорания.	Дискуссия	4*
6	Модели и методы измерения психического выгорания.	Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод)	4*
7	Управление стрессом и профилактика выгорания.	Разбор конкретной ситуации, работа малыми группами	2
	Итого по курсу		24
	в том числе интерактивное обучение*		10*

#### **4 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины. Оценочные средства включает контрольные материалы для проведения текущего контроля в форме тестовых заданий, вопросов для устного опроса, вопросов для письменных заданий и промежуточной аттестации в форме вопросов и заданий к зачету.

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей. – при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете; – при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями; – при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации: Для лиц с нарушениями зрения: – в форме электронного документа. Для лиц с нарушениями слуха: – в форме электронного документа. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: – в форме электронного документа. Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

#### **4 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания».

Оценочные средства включает контрольные материалы для проведения **текущего контроля** в форме тестовых заданий, вопросов для устного опроса, вопросов для письменных заданий и **промежуточной аттестации** в форме вопросов и заданий к зачету.

#### **Структура фонда оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации**

№ п / п	Код и наименование индикатора (в соответствии с п. 1.4)	Результаты обучения (в соответствии с п. 1.4)	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация

1	<p><b>ПК-1</b></p> <p>ИПК-1.1. Учитывает методологию психолого-педагогической науки, основы возрастной и педагогической психологии, методы, используемые в педагогике и психологии;</p> <p>ИПК-1.2. Разрабатывает и реализовывает дополнительные образовательные программы, направленные на развитие психолого-педагогической компетентности педагогических и административных работников, родителей (законных представителей) обучающихся;</p> <p>ИПК-1.3. Разрабатывает психологические рекомендации по проектированию образовательной среды, обеспечивающей преемственность содержания и форм организации образовательного процесса по отношению ко всем уровням реализации основных общеобразовательных программ;</p> <p>ИПК-1.4. Анализирует и выбирает оптимальные педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями</p>	<p>Знает основные особенности взаимодействия с родителями (законными представителями), педагогическими работниками, в том числе с педагогом-психологом</p> <p>Уметь критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психолого-педагогической и методической целесообразности использования; анализировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать тезис-план консультации по вопросам психолого-педагогической деятельности, уметь подбирать диагностический материал с учетом психологического запроса, проводить диагностические процедуры, анализировать данные диагностики, составлять психолого-педагогические заключения. Владеет методиками измерения уровня психоэмоционального выгорания и разрешения проблемы эмоционального выгорания.</p>	<p>Практическая работа №1-12</p> <p>Устный опрос</p> <p>Активная работа на занятиях</p>	<p>Вопросы, задачи для экзамена</p>
---	---	--	---	-------------------------------------

Результаты обучения по дисциплине достигаются в рамках осуществления всех видов контактной и самостоятельной работы обучающихся в соответствии с утвержденным учебным планом. Индикаторы достижения компетенций считаются сформированными при достижении соответствующих им результатов обучения.

### Показатели, критерии и шкала оценки сформированных компетенций

№ п / п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции и (или) ее части)	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1	Темы: Феномен психического выгорания. Стресс. Симптомы стресса. Факторы риска психического выгорания.	ПК-1	Практическая работа № 1-4  Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачет 1-17
2	Темы: «Выгорание» специалистов различных профессий. Экзистенциальные аспекты выгорания.	ПК-1	Практическая работа № 5-7  Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачет 18-25
3	Темы: Модели и методы измерения психического выгорания.	ПК-1	Практическая работа № 8-10  Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачет 15-29
4	Темы: Управление стрессом и профилактика выгорания.	ПК-1	Практическая работа №11-12  Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачет 20-30

### Рейтинговая система оценки текущей успеваемости студентов

№	Наименование раздела	Виды оцениваемых работ	Максимальное кол-во баллов
1	2	3	4
<b>6 семестр</b>			
1	Феномен психического выгорания.	Практическая работа на занятиях Устный опрос	4 4
2	Стресс. Симптомы стресса.	Практическая работа на занятиях Устный опрос	4 4
3	Факторы риска психического выгорания.	Практическая работа на занятиях Устный опрос	4 4
4	«Выгорание» специалистов различных профессий.	Практическая работа на занятиях Активная работа на занятиях	4 4



5	Экзистенциальные аспекты выгорания.	Устный опрос, Тестирование	4 4
6	Модели и методы измерения психического выгорания.	Практическая работа на занятиях Активная работа на занятиях	4 4
7	Управление стрессом и профилактика выгорания.	Устный опрос, Тестирование	6 6
		Компьютерное тестирование (внутрисеместровая аттестация)	40
<b>ВСЕГО</b>			<b>100</b>

**Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

#### **Примерные вопросы для устного опроса**

1. Феномен психического выгорания.
2. Компоненты выгорания: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию персональных достижений.
3. Симптомы, сигнализирующие о развитии выгорания.
4. Пол и выгорание. Личностные факторы риска выгорания.
5. Ролевые факторы риска выгорания.
6. Кросс-культурные факторы выгорания.
7. Профессия и выгорание.
8. Выгорание работающих на телефоне.
9. Профессиональное выгорание лиц помогающих профессий.
10. Действия, позволяющие справиться с синдромом выгорания.
11. Социально-психологическая компетентность в работе с пожилыми людьми и эмоциональное выгорание.
12. Профилактика синдрома выгорания.
13. Социальная поддержка как защита от выгорания.
14. Ресурсы преодоления стресса
15. Профилактика и преодоление психического выгорания.

#### **Примерные тестовые задания**

Тестовые задания по дисциплине «Диагностика и профилактика психического выгорания»

1. Термин «интерактивная сторона общения» обозначает:
  - а) совокупность феноменов, выражающих суть взаимодействия людей;
  - б) аспект коммуникативного процесса;
  - в) внутреннюю, психологическую структуру деятельности;
  - г) активность членов группы по поддержанию ее целостности;
  - д) верны ответы Б и В;
  - е) все ответы верны.
2. Общение – это:
  - а) процесс взаимосвязи и взаимодействия общественных субъектов;
  - б) процесс установления и развития контактов между людьми;

- в) производство индивидами их общего;
- г) все ответы верны;
- д) верны ответы А и В;
- е) верны ответы Б и В.

3. Необходимые важные качества для психологического консультирования при кризисе:

- А) ответственность, пунктуальность, тактичность.
- Б) вежливость, отзывчивость, мягкость.
- В) уважение, добродушие, эмпатия.
- Г) смелость, упорство, оптимизм.

4. Опосредованное общение:

- а) происходит в ситуациях, когда субъекты отделены друг от друга временем или расстоянием;
- б) обеспечивается при помощи различных средств (телефон, письмо и т.д.);
- в) характеризуется неполным психологическим контактом;
- г) характеризуется затрудненной обратной связью;
- д) все ответы верны;
- е) все ответы не верны.

5. Выделяют \_\_\_\_\_ стадии кризисной терапии.

- А) две.
- Б) три.
- В) четыре.
- Г) пять.

6. Специфика межличностного информационного обмена определяется:

- а) наличием процесса психологической обратной связи;
- б) возникновением коммуникативных барьеров;
- в) многоуровневостью передачи информации;
- г) влиянием пространственно-временного контекста на содержание информации;
- д) верны ответы А и Б;
- е) все ответы верны.

7. Коммуникативные барьеры непонимания возникают:

- а) вследствие принадлежности субъектов общения к разным социальным слоям;
- б) в связи с различными знаковыми средствами передачи сообщения;
- в) вследствие разного уровня развития и владения речью;
- г) при различиях в идеологии и различиях в представлениях о структуре и смысле власти;
- д) верны только ответы Б и В;
- е) все ответы верны.

8. Коммуникативные барьеры отношений возникают, если:

- а) в процессе контакта возникают негативные чувства;
- б) в процессе контакта возникают негативные эмоции;
- в) взаимодействующие стороны испытывают симпатию друг у друга;
- г) если участники общения являются носителями разных субкультур;
- д) все ответы верны;
- е) верны ответы А и Б.

9. Психологическое заражение – это:

- а) особый механизм социального восприятия;
- б) особый механизм влияния;
- в) специфическая форма социальной памяти;

- г) один из феноменов группообразования;
- д) механизм повышения групповой сплоченности;
- е) процесс повышения эмоциональной напряженности в группе.

10. Стратегия взаимодействия – это:

- а) совокупность доминирующих особенностей поведения человека в отношениях с другими людьми;
- б) типичная форма эмоционального реагирования на нестандартные ситуации общения;
- в) совокупность когнитивных процессов, порождаемых ситуацией общения;
- г) образ возможного поведения, существующий до ситуации общения;
- д) совокупность когнитивных, эмоциональных и поведенческих реакций, воспроизводимых индивидом независимо от ситуации;
- е) стереотипная последовательность коммуникативных актов, характерная для человека.

### **Примерные задания для самостоятельной работы студентов**

1. Упражнение «Признаки стресса и его причины».

Цель: выявить причины возникновения стрессов на рабочем месте, охарактеризовать признаки стрессов.

2. Упражнение «Формулы самовнушения»

Цель: формирование позитивных установок, уверенности в себе и своих силах.

3. Упражнение «Для чего я работаю?»

Цель: выявить потребности работающего человека; вывести на осознаваемый уровень данные потребности и уровень их удовлетворения на рабочем месте; помочь участникам тренинга найти способы реализации своих потребностей.

4. Упражнение «Негативные мысли и установки».

Цель: Преодоления редукции личных достижений и деперсонализации.

Инструкция: Участники группы делятся на две команды и каждая из них составляет список негативных утверждений и мыслей, обращаясь к выполненному домашнему заданию. Далее участники команд переделывают каждое иррациональное утверждение в позитивное.

Например:

Негативные мысли	Формулы позитивного мышления
Моя работа отнимает у меня слишком много сил	Каждому дается по его силам. Многие люди не имеют ни работы, ни столько силы, сколько есть у меня

5. Правила эмоционального поведения как профилактика эмоционального выгорания (В.В. Бойко).

### **Зачетно-экзаменационные материалы для промежуточной аттестации**

#### **Вопросы на зачет**

1. Психическое выгорание как следствие стресса на работе
2. Психологический стресс и синдром выгорания. Эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция персональных достижений
3. Симптомы, сигнализирующие о развитии психического выгорания.
4. Иррациональные убеждения. Позитивное мышление как способ профилактики выгорания.
5. Правила эмоционального поведения как профилактика эмоционального выгорания (В.В. Бойко)
6. Развитие позитивного мышления.
7. Профессия и выгорание.
8. Выгорание людей «помогающих» профессий.
9. Экзистенциальные аспекты выгорания.
10. Социально-психологическая компетентность в работе с пожилыми людьми и эмоциональное выгорание.

- 11.Профилактика синдрома выгорания.
- 12.Социальная поддержка как защита от выгорания.
- 13.Ресурсы преодоления стресса
- 14.Профилактика и преодоление психического выгорания.
- 15.Феномен психического выгорания.
- 16.Общее представление о психологическом консультировании и психокоррекции. Предмет психологического консультирования.
- 17.Виды и типы консультативной психологической помощи и оценка их эффективности.
- 18.Психодинамическая модель консультирования.
- 19.Бихевиоральное направление в психологическом консультировании психокоррекции.
- 20.Гуманистическое направление в психологическом консультировании и психокоррекции.
- 21.Структурная модель консультирования.
- 22.Транзакционная модель психологического консультирования.
- 23.Стратегическая модель психологического консультирования.
- 24.Психотерапевтическая модель консультативной психологической помощи.
- 25.Типы проблемных ситуаций. Основные проблемные ситуации.
- 26.Характеристика основных позиций консультанта.
- 27.Типы клиентов и их психологические особенности поведения.
- 28.Организационные формы возрастно-психологического консультирования.
- 29.Принципы работы возрастно-психологического консультанта.
- 30.Профессионально - этический кодекс возрастно-психологического консультанта.

## **5. Перечень учебной литературы, информационных ресурсов и технологий**

### **5.1 Учебная литература**

1. Хидекель, М. Жизнь в ресурсе. Как справиться с эмоциональным выгоранием : практическое пособие / М. Хидекель ; перевод с английского – Москва : Альпина Пабли., 2022. – 276 с. – URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2117096>. – ISBN 978-5-9614-7860-0.
2. Вараева, Н. В. Программа профилактики эмоционального выгорания специалистов «Работа в радость» / Н. В. Вараева. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2019. – 53 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/119316>. – ISBN 978-5-9765-1708-0.

### **5.2. Периодическая литература**

- [Вестник Московского университета. Серия 14: Психология.](https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=8381) – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=8381>.
- Вестник психотерапии. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=7600>.
- Психологический журнал. – URL: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/614/udb/4>.
- Психология. Психофизиология (Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=26855>.
- Психология. Психофизиология. – URL: [https://elibrary.ru/title\\_about\\_new.asp?id=70251](https://elibrary.ru/title_about_new.asp?id=70251).
- Психолого-педагогические исследования. – URL: <https://psyjournals.ru/journals/psyedu>.
- Психология и психотерапия семьи. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=64999>.
- Психологическая наука и образование. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=48087974>.

### **5.3. Интернет-ресурсы, в том числе современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

#### **Электронно-библиотечные системы (ЭБС):**

1. ЭБС «ЮРАЙТ» [учебники и учебные пособия издательства «ЮРАЙТ», медиа-материалы, тесты]. - URL: <https://urait.ru/>.
2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [учебные, научные здания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; коллекция медиа-материалов: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари]. - URL: [www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/).
3. ЭБС «Znanium.com» [учебные, научные, справочные, научно-популярные издания различных издательств, журналы]. - URL: <http://znanium.com/>.
4. ЭБС «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы]. - URL: <http://eJanbook.com/>

#### **Профессиональные базы данных:**

1. [Научная электронная библиотека \(НЭБ\) «eLIBRARY.RU»](http://www.elibrary.ru/) [российские научные журналы, труды конференций; Российская национальная база данных научного цитирования (РИНЦ)]. - URL: <http://www.elibrary.ru/>.
2. БД компании «Ист Вью Информейшн Сервисиз Инк.» [российские научные журналы по общественным и гуманитарным наукам, педагогике, информационным технологиям, экономике и предпринимательству]. - URL: <http://dlib.eastview.com/>.
3. [Электронная библиотека «Grebennikon.ru»](http://www.grebennikon.ru/) [российские научные журналы по экономике, менеджменту]. - URL: [www.grebennikon.ru/](http://www.grebennikon.ru/).
4. [Национальная электронная библиотека : \[федеральная государственная информационная система Министерства культуры РФ\]](https://rusneb.ru/) . - URL: <https://rusneb.ru/>. (доступ - в читальных залах библиотеки филиала)
5. Университетская информационная система РОССИЯ. - URL: <https://www.uirussia.msu.ru/>.
6. ГРАМОТА.РУ : справочно-информационный интернет-портал. – URL: <http://www.gramota.ru>
7. Информационно-правовая система «Законодательство России» [полнотекстовый ресурс свободного доступа]. – URL: [http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?start\\_search&fattrib=1](http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?start_search&fattrib=1).
8. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru»: российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [5600 журналов, в открытом доступе – 4800] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.
9. Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <https://www.monographies.ru/>.
10. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования. – URL: <http://www.fgosvo.ru>.
11. РАГС - Российский архив государственных стандартов, строительных норм и правил (СНиП) - полнотекстовая информационная система. – URL: <http://www.rags.ru/gosts/2874/>.
12. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к Зачетам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red).
13. ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com>
14. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>
15. Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>
16. Scopus : международная реферативная и справочная база данных цитирования рецензируемой литературы [научные журналы, книги, материалы конференций] (интерфейс \_ русскоязычный, публикации \_ на англ. яз.) : сайт. – URL: <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
17. БД компании «Ист Вью»: Журналы России по вопросам педагогики и образования. - URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/1270>
18. Научная педагогическая электронная библиотека [сетевая информационно-поисковая система Российской академии образования, многофункциональный полнотекстовый ресурс свободного доступа]. – URL: <http://elib.gnpbu.ru/>.
19. Российская академия образования. – URL: <http://rusacademedu.ru/>
20. Институт стратегии развития образования Российской академии образования. – URL: <http://www.instrao.ru/>
21. Психологический институт Российской академии образования. – URL: <https://www.pirao.ru>
22. Библиотека online // Институт психологии РАН : официальный сайт. - URL: [http://www.ipras.ru/cntnt/rus/top\\_menu\\_rus/biblioteka.html](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/top_menu_rus/biblioteka.html).
23. Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. – URL: <https://www.fond-detyam.ru/>

#### **Информационные справочные системы:**

1. Консультант Плюс - справочная правовая система (доступ – в главном корпусе филиала по локальной сети с компьютеров аудитории А 22).
2. Научная педагогическая электронная библиотека (НПЭБ) – сетевая информационно-поисковая система Российской академии образования, многофункциональный полнотекстовый ресурс свободного доступа. – URL: <http://elib.gnpbu.ru>.

#### **Ресурсы свободного доступа:**

1. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации : сайт. - URL: <https://www.minobrnauki.gov.ru/>.

2. Федеральный портал «Российское образование». - URL: <http://www.edu.ru/>.
3. Законопроект «Об образовании в Российской Федерации». Вопросы и ответы. - URL: [http://xn--273-84d1f.xn--plai/voprosy\\_i\\_otvety](http://xn--273-84d1f.xn--plai/voprosy_i_otvety).
4. Федеральный центр образовательного законодательства / Министерство просвещения РФ. - URL: <https://fcoz.ru/>.
5. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» [русские научные журналы]. - URL: <http://cyberleninka.ru/>.
6. Большая российская энциклопедия : [электронная версия] / Министерство культуры РФ. - URL: <https://bigenc.ru/>.
7. Энциклопедииум : [справочный портал «Классика энциклопедий»] / издательство «Директ-Медиа». - URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.
8. Интернет-проект «СЛОВАРИ.РУ» / Институт русского языка им. В. В. Виноградова РАН. - URL: <http://slovari.ru/start.aspx?s=0&p=3050>.
9. Лекториум ТВ : просветительский проект [онлайн-курсы, медиатека - бесплатные лекции ведущих вузов]. - URL: <http://www.lektorium.tv/>.

#### **Собственные электронные образовательные и информационные ресурсы КубГУ:**

1. База информационных потребностей [КубГУ и филиалов] (разделы: Научные публикации преподавателей и обучающихся; Информация об участии преподавателей и обучающихся в научных конференциях; Темы выпускных квалификационных работ студентов). - URL: <https://infoneeds.kubsu.ru/infoneeds/>.
2. Электронная библиотека информационных ресурсов филиала [КубГУ в г. Славянске-на-Кубани]. - URL: <http://sgpi.ru/bip.php>.
3. Поступления литературы в библиотеки филиалов : [электронный каталог библиотек филиалов КубГУ]. - URL: <http://megapro.kubsu.ru/MegaPro/UserEntry?Action=ToDb&idb=1>.
4. Электронный каталог [Научной библиотеки КубГУ]. - URL: <http://megapro.kubsu.ru/MegaPro/UserEntry?Action=ToDb&idb=0>.
5. Электронная библиотека трудов учёных КубГУ. - URL: <http://megapro.kubsu.ru/MegaPro/UserEntry?Action=ToDb&idb=6>.
6. ГОСТы (официальные тексты) - в помощь оформлению курсовых, выпускных квалификационных работ, диссертационных исследований : [коллекция ссылок на ресурсы сайта Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии (Росстандарт), размещённая на сайте филиала КубГУ в г. Славянске-на-Кубани]. - URL: <http://www.sgpi.ru/?n=2417/>.

### **6 Методические указания для студентов по освоению дисциплины**

**Лекционный курс** предполагает систематизированное изложение основных вопросов учебного плана.

На первой лекции лектор обязан предупредить студентов, применительно к какому базовому учебнику (учебникам, учебным пособиям) будет прочитан курс.

Лекционный курс должен давать наибольший объем информации и обеспечивать более глубокое понимание учебных вопросов при значительно меньшей затрате времени, чем это требуется большинству студентов на самостоятельное изучение материала.

Умение работать на лекциях – насущная необходимость студента. Принято выделять три этапа этой работы. Первый – предварительная подготовка к восприятию, в которую входит просмотр записей предыдущей лекции, ознакомление с соответствующим разделом программы и предварительный просмотр учебника по теме предстоящей лекции, создание целевой установки на прослушивание. Второй – прослушивание и запись, предполагающие внимательное слушание, анализ излагаемого, выделение главного, соотношение с ранее изученным материалом и личным опытом, краткую запись, уточнение непонятного или противоречиво изложенного материала путем вопросов лектору. Запись следует делать либо на отдельных пронумерованных листах, либо в тетради. Обязательно надо оставлять поля для методических пометок, дополнений. Пункты планов, формулировки правил, понятий следует выделять из общего текста. Целесообразно пользоваться системой сокращений наиболее часто употребляемых терминов, а также использовать цветовую разметку записанного при помощи фломастеров. Третий – доработка лекции: перечитывание и правка записей, параллельное изучение учебника, дополнение выписками из рекомендованной литературы.

**Семинарские (практические занятия)** представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения семинаров и практических занятий является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях. В обязанности преподавателя входят: оказание методической помощи и консультирование студентов по соответствующим темам курса.

*Требования к выступлениям студентов.* Одним из условий, обеспечивающих успех семинарских занятий, является совокупность определенных конкретных требований к выступлениям, докладам, рефератам студентов. Эти требования должны быть достаточно четкими и в то же время не настолько регламентированными, чтобы сковывать творческую мысль, насаждать схематизм. Требования к выступлениям студентов:

- 1) связь выступления с предшествующей темой или вопросом;
- 2) раскрытие сущности проблемы;
- 3) методологическое значение для научной, профессиональной и практической деятельности.

Разумеется, студент не обязан строго придерживаться такого порядка изложения, но все аспекты вопроса должны быть освещены, что обеспечит выступлению необходимую полноту и завершенность. Обязательным требованием к выступающему, особенно в начале семинарского курса, является зачитывание плана выступления, доклада, реферата.

Важнейшие требования к выступлениям студентов — самостоятельность в подборе фактического материала и аналитическом отношении к нему, умение рассматривать примеры и факты во взаимосвязи и взаимообусловленности, отбирать наиболее существенные из них. Приводимые участником семинара примеры и факты должны быть существенными, по возможности перекликаться с профилем обучения и в то же время не быть слишком «специализированными». Примеры из области наук, близких к будущей специальности студента, из сферы познания, обучения поощряются руководителем семинара. Выступление студента должно соответствовать требованиям логики. Четкое вычленение излагаемой проблемы, ее точная формулировка, неукоснительная последовательность аргументации именно данной проблемы, без неоправданных отступлений от нее в процессе обоснования, безусловная доказательность, непротиворечивость и полнота аргументации, правильное и содержательное использование понятий и терминов.

Обсуждение докладов и выступлений. Порядок ведения семинара может быть самым разнообразным, в зависимости от его формы и тех целей, которые перед ним ставятся. Обычно имеет место следующая последовательность:

- а) выступление (доклад) по основному вопросу;
- б) вопросы к выступающему; в) обсуждение содержания доклада, его теоретических и методических достоинств и недостатков, дополнения и замечания по нему;
- г) заключительное слово докладчика; д) заключение преподавателя.

Творческая атмосфера на семинаре в значительной мере зависит от содержания и формы докладов и выступлений. Чем интереснее, содержательнее доклад, тем больше он привлекает слушателей, вызывает с их стороны желание принять участие в обсуждении, высказать свое мнение. С первых же занятий приходится убеждать студентов в том, что простой пересказ лекций и учебных пособий — работа наполовину вхолостую. Важно научить студентов во время выступления поддерживать постоянную связь с аудиторией, быстро, не теряясь, реагировать на реплики, вопросы, замечания, что дается обычно не сразу, требует постоянной работы над собой. Выступающий обращается к аудитории, а не к преподавателю, как школьник на уроке. Контакт со слушателями — товарищами по группе — помогает студенту лучше выразить свою мысль, реакция аудитории позволит ему почувствовать сильные и слабые стороны своего выступления. Без «обратной связи» со слушателями выступление студента — это разговор с самим собой, обращение в пустоту; ему одиноко и неудобно за кафедрой, поэтому на семинаре неплохо ввести в традицию анализ не только содержания выступлений, но и их формы — речи, дикции, поведения за кафедрой, характера общения с аудиторией.

Вопросы к докладчику задают, прежде всего, студенты, а не преподаватель, в чем их следует поощрять. Необходимо требовать, чтобы вопросы, задаваемые студентам, были существенны, связаны с темой, точно сформулированы. Вопросам преподавателя обычно присущи следующие требования: во-первых, ясность и четкость формулировок, определенность границ, весомость смысловой нагрузки; во-вторых, уместность постановки вопроса в данный момент, острота его звучания в сложившейся ситуации, пробуждающая живой интерес студенческой аудитории; в-третьих, вопросы должны быть посильными для студентов. По своему характеру вопросы бывают уточняющими, наводящими, встречными; другая категория вопросов, например, казусных, может содержать предпосылки различных суждений, быть примером или положением, включающим кажущееся или действительное противоречие.

Доклады и оппонирование докладов проверяют степень владения теоретическим материалом, а также корректность и строгость рассуждений.

*Активность на практических занятиях* оценивается по следующим критериям:

- ответы на вопросы, предлагаемые преподавателем;
- участие в дискуссиях;
- выполнение проектных и иных заданий;
- ассистирование преподавателю в проведении занятий.

Оценивание практических заданий входит в накопленную оценку.

Для успешного усвоения курса необходимо не только посещать аудиторские занятия, но и вести активную самостоятельную работу.

**Самостоятельная работа** — это индивидуальная познавательная деятельность студента как на аудиторских занятиях, так и во внеаудиторное время. Самостоятельная работа студента должна быть

многогранной и иметь четко выраженную направленность на формирование у студентов конкретных знаний и практических умений. Цель самостоятельной работы студентов – овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками, опытом творческой, исследовательской деятельности. Самостоятельная работа студентов обеспечивает формирование профессиональной компетенции, воспитывает потребность в самообразовании, способствует развитию активности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня. Самостоятельная работа студента способствует эффективному усвоению, как основного, так и дополнительного учебного материала. Необходимость самостоятельной работы вызвана не только ограничением некоторых тем определенным количеством аудиторных часов, а в большую степень потребностью приучения студентов к самостоятельному поиску и творческому осмыслению полученных знаний. Тематика СР определяется в логической последовательности с аудиторными занятиями. В то же время, учитывая индивидуальные способности и пожелания самих студентов, можно дать опережающие задания. Часть заданий назначается самим преподавателем (практические работы, индивидуальные задания), часть – выбираются по желанию студента (рефераты, конспекты и др.). Формы проведения самостоятельной работы студента разнообразны, это – работа с конспектами, учебными пособиями, сборниками задач с разбором конкретных ситуаций, написание рефератов и т.д.

**Самостоятельная работа** студентов распадается на два самостоятельных направления: на изучение и освоение теоретического лекционного материала, и на приобретение опыта решения практических задач (задач практикума).

При самостоятельной проработке курса студенты должны:

- просматривать основные определения и факты;
- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы;
- изучить рекомендованную основную и дополнительную литературу, составлять тезисы, аннотации и конспекты наиболее важных моментов;
- самостоятельно выполнять задания, аналогичные предлагаемым на занятиях;
- использовать для самопроверки материалы фонда оценочных средств;
- выполнять домашние задания по указанию преподавателя.

Домашнее задание оценивается по следующим критериям:

- степень и уровень выполнения задания;
- аккуратность в оформлении работы;
- использование специальной литературы;
- сдача домашнего задания в срок.

Оценивание домашних заданий входит в накопленную оценку.

При всех формах самостоятельной работы студент может получить разъяснения по непонятным вопросам у преподавателя на индивидуальных **консультациях** в соответствии с графиком консультаций. Студент может также обратиться к рекомендуемым преподавателем учебникам и учебным пособиям, в которых теоретические вопросы изложены более широко и подробно, чем на лекциях и с достаточным обоснованием.

Консультация – активная форма учебной деятельности в педвузе. Консультацию предваряет самостоятельное изучение студентом литературы по определенной теме. Качество консультации зависит от степени подготовки студентов и остроты поставленных перед преподавателем вопросов.

Для получения практического опыта решения задач по дисциплине «Психологическая служба в образовании» на практических занятиях и для работы во внеаудиторное время предлагается самостоятельная работа в форме практических работ.

**Практическая работа** представляет собой перечень заданий, которая охватывает основные разделы дисциплины «Психологическая служба в образовании». Практическая работа предназначена для контроля теоретических знаний и навыков решения психолого-педагогических задач. Решения задач надо располагать в порядке номеров, указанных в заданиях, сохраняя последовательность. Перед решением каждой задачи надо выписать полностью ее условие.

Решения задач надо излагать подробно и аккуратно, объясняя все действия и делая пояснения, интерпретации. Основные требования к оформлению решения задач состоят в том, чтобы:

- из представленного решения был понятен ход рассуждений обучающегося;
- ход решения был грамотным, теоретически обоснованным;
- представленный ответ был правильным.

При этом метод и форма описания решения задачи могут быть произвольными. Каждая практическая работа должна быть выполнена и сдана в установленные сроки. В период экзаменационной сессии работы на проверку не принимаются.

Критерии оценки практической работы:

- аккуратность выполнения;
- выполнение в положенные сроки;
- грамотность и теоретическая обоснованность.



Оценка «отлично» выставляется студенту, если при решении задачи выполнены все этапы алгоритма, обоснованно получен верный ответ.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если при решении задачи выполнены все этапы алгоритма, но допущены ошибки, обоснованно получен ответ с учетом допущенной ошибки.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если при решении задачи не выполнены все этапы алгоритма, допущены ошибки, получен ответ с учетом допущенной ошибки или ответ получен не обоснованно.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает большей части основного содержания учебной программы дисциплины, допускает грубые ошибки в решении задач и не умеет применять психолого-педагогические знания при решении типовых практических задач.

Исходя из полученной оценки, студенту начисляются рейтинговые баллы (в процентах от максимально возможного количества баллов).

#### Методические рекомендации к **тестовым заданиям.**

Тест представляет собой набор тестовых заданий, отражающих вопросы по аттестуемому разделу или в целом по учебной дисциплине. Из предложенных вариантов ответов необходимо отметить правильный (один или более в зависимости от поставленного вопроса). Отметки о правильных вариантах ответов в тестовых заданиях делаются разборчиво. Неразборчивые ответы не оцениваются, тестовое задание считается не выполненным.

Во время компьютерного тестирования у студента оценивается знаниевая составляющая компетенции (до 40 баллов) в зависимости от показанного процента правильных ответов. Тест считается пройденным при правильном ответе на 50 и более процентов тестовых заданий.

Таким образом, использование всех рекомендуемых видов самостоятельной работы дает возможность значительно активизировать работу студентов над материалом курса и повысить уровень их усвоения.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

### 7 Материально-техническое обеспечение по дисциплине

Наименование специальных помещений	Оснащенность специальных помещений	Перечень лицензионного программного обеспечения
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Мебель: учебная мебель Технические средства обучения: презентационная техника, компьютер	1. Apache OpenOffice. The Free and Open Productivity Suite. Apache OpenOffice 4.1.3 released - свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель: SUN/Oracle. 2. Adobe. Лицензионный договор на программное обеспечение [Adobe Acrobat Reader DC, Adobe Flash Player] для персональных компьютеров, бессрочный с неограниченным количеством лицензий, правообладатель - «Adobe Systems». 3. Microsoft software license terms [Условия лицензионного соглашения на использование программного обеспечения «Microsoft» (в т. ч. программное обеспечение «Windows Media Player», распространяемое вместе с компьютерами)], правообладатель: «Microsoft». 4. Условия предоставления услуг Google Chrome. Исходный код предоставляется бесплатно, бессрочно с неограниченным количеством лицензионных

		<p>соглашений, правообладатель - «Google».</p> <p>5. Licenses. LibreOffice is Free Software [свободное программное обеспечение LibreOffice], бессрочное, с неограниченным кол-вом лицензий, правообладатель – «The Document Foundation».</p> <p>6. 7-Zip. License for use and distribution [7-Zip. Лицензия на использование и распространение]. Свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным кол-вом лицензий, правообладатель - Igor Pavlov.</p> <p>7. Лицензия. Программа FreeCommander, бесплатная, свободного использования, бессрочная, правообладатель - Marek Jasinski.</p> <p>Mozilla Firefox - бесплатная программа на условиях Публичной лицензии, бессрочной для неограниченного количества пользователей, разработчики - участники проекта mozilla.org.</p>
<p>Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p>	<p>Мебель: учебная мебель Технические средства обучения: презентационная техника, компьютер</p>	<p>1. Apache OpenOffice. The Free and Open Productivity Suite. Apache OpenOffice 4.1.3 released - свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель: SUN/Oracle.</p> <p>2. Adobe. Лицензионный договор на программное обеспечение [Adobe Acrobat Reader DC, Adobe Flash Player] для персональных компьютеров, бессрочный с неограниченным количеством лицензий, правообладатель - «Adobe Systems».</p> <p>3. Microsoft software license terms [Условия лицензионного соглашения на использование программного обеспечения «Microsoft» (в т. ч. программное обеспечение «Windows Media Player», распространяемое вместе с компьютерами)], правообладатель: «Microsoft».</p> <p>Условия предоставления услуг Google Chrome. Исходный код предоставляется бесплатно, бессрочно с неограниченным количеством лицензионных соглашений, правообладатель - «Google».</p> <p>5. Licenses. LibreOffice is Free Software [свободное программное обеспечение LibreOffice],</p>

		<p>бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель - «The Document Foundation».</p> <p>6. 7-Zip. License for use and distribution [7-Zip. Лицензия на использование и распространение]. Свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель - Igor Pavlov.</p> <p>7. Лицензия. Программа FreeCommander, бесплатная, свободного использования, бессрочная, правообладатель - Marek Jasinski.</p> <p>8. Mozilla Firefox - бесплатная программа на условиях Публичной лицензии, бессрочной для неограниченного количества пользователей, разработчики - участники проекта mozilla.org.</p>
--	--	--

Для самостоятельной работы обучающихся предусмотрены помещения, укомплектованные специализированной мебелью, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Наименование помещений для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность помещений для самостоятельной работы обучающихся	Перечень лицензионного программного обеспечения
<p>Помещение для самостоятельной работы обучающихся (353560, Краснодарский край, г. Славянск-на-Кубани, ул. Кубанская, 200, Электронный зал библиотеки, читальный зал № 2, № А-1)</p>	<p>Мебель: учебная мебель          Специализированная мебель:          компьютерные столы          Оборудование: компьютерная техника с подключением к информационнокоммуникационной сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации, коммуникационное оборудование, обеспечивающее доступ к сети интернет (проводное соединение и беспроводное соединение по технологии WiFi)</p>	<p>4. Apache OpenOffice. The Free and Open Productivity Suite. Apache OpenOffice 4.1.3 released - свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель: SUN/Oracle.</p> <p>5. Adobe. Лицензионный договор на программное обеспечение [Adobe Acrobat Reader DC, Adobe Flash Player] для персональных компьютеров, бессрочный с неограниченным количеством лицензий, правообладатель - «Adobe Systems».</p> <p>6. Microsoft software license terms [Условия лицензионного соглашения на использование программного обеспечения «Microsoft» (в т. ч. программное обеспечение «Windows Media Player», распространяемое вместе с компьютерами)], правообладатель: «Microsoft».</p> <p>Условия предоставления услуг Google Chrome. Исходный код предоставляется бесплатно, бессрочно с неограниченным количеством лицензионных соглашений, правообладатель - «Google».</p> <p>9. Licenses. LibreOffice is Free Software [свободное программное обеспечение LibreOffice], бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель - «The Document Foundation».</p> <p>10. 7-Zip. License for use and distribution [7-Zip. Лицензия на использование и распространение]. Свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель - Igor Pavlov.</p> <p>11. Лицензия. Программа FreeCommander, бесплатная, свободного использования, бессрочная, правообладатель - Marek Jasinski.</p> <p>Mozilla Firefox - бесплатная программа на условиях Публичной лицензии, бессрочной для неограниченного количества пользователей, разработчики - участники проекта mozilla.org.</p>

<p>Помещение для самостоятельной работы обучающихся (353563, Краснодарский край, г. Славянск-на-Кубани, ул. Коммунистическая, дом № 2, Читальный зал библиотеки, № 2</p>	<p>Мебель: учебная мебель Комплект специализированной мебели: компьютерные столы  Оборудование: компьютерная техника с подключением к информационнокоммуникационной сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации, коммуникационное оборудование, обеспечивающее доступ к сети интернет (проводное соединение)</p>	<p>7. Apache OpenOffice. The Free and Open Productivity Suite. Apache OpenOffice 4.1.3 released - свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель: SUN/Oracle.</p> <p>8. Adobe. Лицензионный договор на программное обеспечение [Adobe Acrobat Reader DC, Adobe Flash Player] для персональных компьютеров, бессрочный с неограниченным количеством лицензий, правообладатель - «Adobe Systems».</p> <p>9. Microsoft software license terms [Условия лицензионного соглашения на использование программного обеспечения «Microsoft» (в т. ч. программное обеспечение «Windows Media Player», распространяемое вместе с компьютерами)], правообладатель: «Microsoft».</p> <p>Условия предоставления услуг Google Chrome. Исходный код предоставляется бесплатно, бессрочно с неограниченным количеством лицензионных соглашений, правообладатель - «Google».</p> <p>12. Licenses. LibreOffice is Free Software [свободное программное обеспечение LibreOffice], бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель - «The Document Foundation».</p> <p>13. 7-Zip. License for use and distribution [7-Zip. Лицензия на использование и распространение]. Свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель - Igor Pavlov.</p> <p>14. Лицензия. Программа FreeCommander, бесплатная, свободного использования, бессрочная, правообладатель - Marek Jasinski.</p> <p>Mozilla Firefox - бесплатная программа на условиях Публичной лицензии, бессрочной для неограниченного количества пользователей, разработчики - участники проекта mozilla.org.</p>
--	---	---

