



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

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по работе с филиалами
А.А. Евдокимов
«31» мая 2023 г.



**ФТД.01 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ДИАГНОСТИКА И ПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ВЫГОРАНИЯ**

44.03.01 Педагогическое образование (с одним профилем подготовки)

Направленность (профиль): Логопедия

Форма обучения: заочная

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Краснодар 2023

Рабочая программа дисциплины «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 г. № 121, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации от 15.03.2018 г. регистрационный № 50362

Программу составила:

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

Рабочая программа дисциплины ФТД.01 «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания» обсуждена на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

протокол от № 11 от «16» мая 2023 г.

Заведующий кафедрой (разработчика)

профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

Лукьяненко М.А.

Рабочая программа дисциплины ФТД.01 «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания» утверждена на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры, протокол от № 11 от «16» мая 2023 г.

Заведующий кафедрой (выпускающей)

профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

Лукьяненко М.А.

Утверждена на заседании учебно-методического совета филиала

протокол от № 9 «18» мая 2023 г.

Председатель УМС филиала

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



Оглавление

| | |
|--|----|
| 1 Цели и задачи изучения дисциплины..... | 4 |
| 1.1 Цель освоения дисциплины..... | 4 |
| 1.2 Задачи дисциплины..... | 4 |
| 1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы..... | 4 |
| 1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине , соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы..... | 4 |
| 2. Структура и содержание дисциплины | 4 |
| 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ | 5 |
| 2.2 Структура дисциплины..... | 5 |
| 2.3 Содержание разделов дисциплины | 6 |
| 2.3.1 Занятия лекционного типа..... | 6 |
| 2.3.2 Занятия семинарского типа | 7 |
| 2.3.4 Примерная тематика курсовых работ..... | 9 |
| 2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине | 9 |
| 3. Образовательные технологии. | 10 |
| 3.1.Образовательные технологии при проведении лекций | 10 |
| 3.2.Образовательные технологии при проведении практических занятий | 11 |
| 4 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации... 11 | |
| 4.1Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля | 11 |
| 4.1.1 Примерные вопросы для устного опроса..... | 12 |
| 4.1.2 Примерные тестовые задания для внутрисеместровой аттестации | 12 |
| 4.1.2 Примерные задания для самостоятельной работы студентов | 14 |
| 4.2 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации | 14 |
| 4.2.1Вопросы на зачет..... | 15 |
| 5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины..... | 16 |
| 5.1. Основная литература | 16 |
| 5.2. Дополнительная литература..... | 16 |
| 5.3. Периодические издания..... | 16 |
| 6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины | 16 |
| 7 Методические указания для студентов по освоению дисциплины..... | 17 |
| 7.1 Методические рекомендации для подготовки к лекционным занятиям | 17 |
| 7.2 Методические рекомендации для подготовки к семинарским (практическим) занятиям.... | 17 |
| 7.3 Методические рекомендации для подготовки к самостоятельной работе | 18 |
| 7.4 Методические рекомендации для получения консультации | 18 |
| 7.5 Методические рекомендации по обучению лиц с ОВЗ и инвалидов..... | 18 |
| 8 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине..... | 19 |
| 8.1 Перечень информационных технологий..... | 19 |
| 8.2 Перечень необходимого программного обеспечения..... | 19 |
| 8.3 Перечень информационных справочных систем | 19 |
| 9 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине | 20 |

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель освоения дисциплины

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

Формирование у студентов компетенции:

ПК-6 - способен к участию в организационно-педагогическом обеспечении реализации дополнительных образовательных программ.

1.2 Задачи дисциплины

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

ПК-6 - способен к участию в организационно-педагогическом обеспечении реализации дополнительных образовательных программ.

В соответствие 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 психического 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: «Практикум по постановке звуков», «Психолингвистика», «Планирование и организация логопедических занятий» «Семейное воспитание детей с речевыми нарушениями», «Педагогика и психология игровой деятельности», «Сказкотерапия» и другие. После изучения дисциплины «Диагностика и профилактика эмоционального выгорания», изучается «Социально-педагогическая работа с одаренными детьми».

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование компетенции:

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование компетенции:

ПК-6- способен к участию в организационно-педагогическом обеспечении реализации дополнительных образовательных программ.

| Код и наименование индикатора* достижения компетенции | Результаты обучения по дисциплине |
|---|---|
| ПК- 6 - способен к участию в организационно-педагогическом обеспечении реализации дополнительных образовательных программ. | |
| ИПК-6.1. Готов участвовать в разработке и реализации дополнительных образовательных программ, курсов, методических мате- | Знает основные особенности взаимодействия с родителями (законными представителями), педагогическими работниками, в том числе с педагогом- |

| | |
|--|--|
| риалов, оценочных средств основных и дополнительных образовательных программ; | <p>психологом. 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; эффективно взаимодействовать с педагогическими работниками, в том числе с педагогом-психологом образовательной организации по вопросам воспитания, обучения и развития учеников.</p> <p>Активно участвует в организационно-педагогическом обеспечении реализации дополнительных образовательных программ. Анализирует и выбирает оптимальные педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся по дополнительным образовательным программам.</p> |
| ИПК - 6.2. Применяет информационно-коммуникационные технологии при разработке основных и дополнительных образовательных программ; | |
| ИПК - 6.3. Разрабатывает психологические рекомендации по проектированию образовательной среды, обеспечивающей преемственность содержания и форм организации образовательного процесса по отношению ко всем уровням реализации дополнительных образовательных программ; | |
| ИПК - 6.4. Участвует в организационно-педагогическом обеспечении реализации дополнительных образовательных программ. Анализирует и выбирает оптимальные педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся. | |

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зач. ед. (108 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице

(для студентов ЗФО) 2 курса

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры (часы) | | |
|---|--------------------------------------|-----------------|-----------|------------|
| | | 4 | 5 | |
| Контактная работа, в том числе: | | | | |
| Аудиторные занятия (всего): | 8 | 4 | 4 | |
| Занятия лекционного типа | 4 | 2 | 2 | |
| Лабораторные занятия | | | | |
| Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия) | 4 | 2 | 2 | |
| | | | | |
| Иная контактная работа | | | | |
| Контроль самостоятельной работы (КСР) | | | | |
| Промежуточная аттестация (ИКР) | 3,8 | | 3,8 | |
| Самостоятельная работа, в том числе: | | | | |
| Курсовая работа | | | | |
| Проработка учебного (теоретического) материала | 96,2 | 32 | 64,2 | |
| Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций) | | | | |
| Реферат | | | | |
| Подготовка к текущему контролю | | | | |
| Контроль: | | | | |
| Подготовка к зачету | | | | |
| Общая трудоемкость | час. | 108 | 36 | 72 |
| | в том числе контактная работа | 11,8 | 4 | 7,8 |

| | | | | |
|--|--------------|---|--|--|
| | зачетных ед. | 3 | | |
|--|--------------|---|--|--|

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре (заочная форма)

| № | Наименование разделов | Всего | Количество часов | | | |
|-----------------------------|---|----------|-------------------|----------|----|----------------------|
| | | | Аудиторная работа | | | Внеаудиторная работа |
| | | | ЛК | ПЗ | ЛР | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4 семестр | | | | | | |
| 1 | 1. Феномен психического выгорания. | 2 | 1 | 1 | | 16 |
| 2 | 2. Стресс. Симптомы и психодиагностика стресса. | 2 | 1 | 1 | | 16 |
| Итого по 4 семестру: | | 4 | 2 | 2 | | 32 |

| № | Наименование разделов | Всего | Количество часов | | | |
|-----------------------------|--|-------------|-------------------|----------|----|----------------------|
| | | | Аудиторная работа | | | Внеаудиторная работа |
| | | | ЛК | ПЗ | ЛР | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5 семестр | | | | | | |
| 1 | 1. Феномен психического выгорания. | 14 | | | | 14 |
| 2 | 2. Стресс. Симптомы и психодиагностика стресса. | 20,2 | 2 | 2 | | 16,2 |
| 3 | 3. «Выгорание» специалистов различных профессий. | 17 | | | | 17 |
| 4 | 4. Экзистенциальные аспекты выгорания | 17 | | | | 17 |
| Итого по 8 семестру: | | 68,2 | 2 | 2 | | 64,2 |

2.3 Содержание разделов дисциплины

2.3.1 Занятия лекционного типа

| № | Наименование раздела | Содержание раздела | Форма текущего контроля |
|-----------|----------------------|--------------------|-------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 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. | ПЗ |

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 |
| 4 семестр | | | |
| 1 | Феномен психического выгорания. | Занятие 1 Тема: Феномен психического выгорания. Вопросы для обсуждения: 1. Феномен психического выгорания. 2. Компоненты выгорания: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию персональных достижений. 3. Симптомы, сигнализирующие о развитии выгорания. | ПР |
| 2 | Стресс. Симптомы | Занятие 2 Тема: Феномен психического выгорания. Вопросы для обсуждения: 1. Феномен психического выгорания. 2. Компоненты выгорания: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию персональных достижений. 3. Последствия стрессов. 4. Признаки стресса. | ПР |
| № | Наименование раздела | Содержание раздела | Форма текущего контроля |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 семестр | | | |

| | | | |
|---|---|--|-----|
| 3 | Факторы риска психического выгорания. | <p>Занятие 1</p> <p>Тема: Факторы риска психического выгорания.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска психического выгорания. 2. Пол и выгорание. Личностные факторы риска выгорания. 3. Ролевые факторы риска выгорания. 4. Кросс-культурные факторы выгорания. | ПР |
| 4 | «Выгорание» специалистов различных профессий. | <p>Занятие 2</p> <p>Тема: «Выгорание» специалистов различных профессий.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Профессия и выгорание. 2. Выгорание медицинских работников. 3. Выгорание работающих на телефоне 4. Профессиональное выгорание торговых агентов. 5. Выгорание учителей. | ПР |
| 5 | Экзистенциальные аспекты выгорания. | <p>Занятие 3</p> <p>Тема: Экзистенциальные аспекты выгорания.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Неудовлетворенность осуществлением смысла жизни и выгорание. 2. Неудовлетворенность качеством жизни. 4. Профилактика выгорания. 5. Психологическое понятие жизненный ресурс | У,Т |
| 6 | Модели и методы измерения психического выгорания. | <p>Занятие 4</p> <p>Тема: Модели и методы измерения психического выгорания.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Модели выгорания. 2. Процессуальные модели выгорания 3. Переживание одиночества и выгорание. 4. Профилактика одиночества. | ПР |

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 |
| 1 | Подготовка к практическому занятию | Шавшаева, Л.Ю. Психолого-педагогическое обеспечение формирования эмоциональной культуры педагога в процессе повышения квалификации : учебно-методическое пособие / Л.Ю. Шавшаева. - М. : Флинта, 2017. - 53 с. - Библиогр.: с. 43-45. - ISBN 978-5-9765-2152-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279819 |
| 2 | Подготовка к практическому занятию | Шавшаева, Л.Ю. Психолого-педагогическое обеспечение формирования эмоциональной культуры педагога в процессе повышения квалификации : учебно-методическое пособие / Л.Ю. Шавшаева. - М. : Флинта, 2017. - 53 с. - Библиогр.: с. 43-45. - ISBN 978-5-9765-2152-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279819 |
| 3 | Подготовка к практическому занятию | Шавшаева, Л.Ю. Психолого-педагогическое обеспечение формирования эмоциональной культуры педагога в процессе повышения квалификации : учебно-методическое пособие / Л.Ю. Шавшаева. - М. : Флинта, 2017. - 53 с. - Библиогр.: с. 43-45. - ISBN 978-5-9765-2152-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279819 |
| 4 | Подготовка к практическому занятию | Шавшаева, Л.Ю. Психолого-педагогическое обеспечение формирования эмоциональной культуры педагога в процессе повышения квалификации : учебно-методическое пособие / Л.Ю. Шавшаева. - М. : Флинта, 2017. - 53 с. - Библиогр.: с. 43-45. - ISBN 978-5-9765-2152-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279819 |
| 5 | Подготовка к устному опросу и тестированию | Шавшаева, Л.Ю. Психолого-педагогическое обеспечение формирования эмоциональной культуры педагога в процессе повышения квалификации : учебно-методическое пособие / Л.Ю. Шавшаева. - М. : Флинта, 2017. - 53 с. - Библиогр.: с. 43-45. - ISBN 978-5-9765-2152-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279819 |

| | | |
|---|--|--|
| 6 | Подготовка к практическому занятию | Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. - М. : Институт психологии РАН, 2011. - 512 с. - (Психология социальных явлений). - ISBN 978-5-9270-0222-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86285 |
| 7 | Подготовка к устному опросу и тестированию | Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. - М. : Институт психологии РАН, 2011. - 512 с. - (Психология социальных явлений). - ISBN 978-5-9270-0222-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86285 |

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.

Для реализации компетентностного подхода предусматривается использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения аудиторных и внеаудиторных занятий с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

В процессе преподавания применяются образовательные технологии развития критического мышления.

В учебном процессе наряду с традиционными образовательными технологиями используются компьютерное тестирование, тематические презентации, интерактивные технологии.

3.1. Образовательные технологии при проведении лекций

| № | Тема | Виды применяемых образовательных технологий | Кол. час |
|-------------------------------------|---|---|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4,5 семестры | | | |
| 1 | Феномен психического выгорания. | Технология концентрированного обучения | 1 |
| 2 | Стресс. Симптомы стресса. | Информационная технология | 1 |
| 3 | Факторы риска психического выгорания. | Публичная презентация проекта | 1 |
| 4 | «Выгорание» специалистов различных профессий. | Аудиовизуальная технология, проблемное изложение с привлечением специалиста * | 1 |
| Итого по курсу | | | 4 |
| в том числе интерактивное обучение* | | | 4* |

3.2. Образовательные технологии при проведении практических занятий

| № | Тема | Виды применяемых образовательных технологий | Кол. час |
|--------------|---|---|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4,5 семестры | | | |
| 1 | Феномен психического выгорания. | Индивидуализированное обучение с групповым обсуждением итогов | 2* |
| 2 | Стресс. Симптомы стресса. | Семинар в форме диспута | 2* |
| 3 | Факторы риска психического выгорания. | Круглый стол | 2* |
| 4 | «Выгорание» специалистов различных профессий. | Семинар в форме диспута | |
| 5 | Экзистенциальные аспекты выгорания. | Дискуссия | 2* |
| | Итого по курсу | | 4 |
| | в том числе интерактивное обучение* | | 4* |

4 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

4.1 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля Рейтинговая система оценки текущей успеваемости студентов

| № | Наименование раздела | Виды оцениваемых работ | Максимальное кол-во баллов |
|-----------|---|---------------------------------|----------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 семестр | | | |
| 1 | Феномен психического выгорания. | Практическая работа на занятиях | 8 |
| 2 | Стресс. Симптомы стресса. | Практическая работа на занятиях | 8 |
| 3 | Факторы риска психического выгорания. | Практическая работа на занятиях | 8 |
| 4 | «Выгорание» специалистов различных профессий. | Практическая работа на занятиях | 8 |

| | | | |
|--------------|---|---|------------|
| 5 | Экзистенциальные аспекты выгорания. | Устный опрос, Тестирование | 4 4 |
| 6 | Модели и методы измерения психического выгорания. | Практическая работа на занятиях | 8 |
| 7 | Управление стрессом и профилактика выгорания. | Устный опрос, Тестирование | 6 6 |
| | | Компьютерное тестирование (внутри-семестровая аттестация) | 40 |
| ВСЕГО | | | 100 |

4.1.1 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. Роль 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.

4.1.2 Примерные тестовые задания для внутрисеместровой аттестации

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.

4.1.2 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).

4.2 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Студенты обязаны сдать зачет в соответствии с расписанием и учебным планом. Зачет по дисциплине преследует цель оценить сформированность требуемой компетенции ПК-14, работу студента за курс, получение теоретических знаний, их прочность, развитие творческого мышления, приобретение навыков самостоятельной работы, умение применять полученные знания для решения практических задач.

Зачет проводится в устной форме. Преподаватель имеет право задавать студентам дополнительные вопросы по всей учебной программе дисциплины. Время проведения зачета устанавливается нормами времени. Результат сдачи зачета заносится преподавателем в экзаменационную ведомость и зачетную книжку.

Зачет выставляется, если студент:

- полно раскрыл содержание материала в области, предусмотренной программой;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно использовал терминологию;
- правильно выполнил рисунки, чертежи, графики, использовал наглядные пособия, соответствующие ответу
- показал умения иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами из практики;

- продемонстрировал усвоение изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость знаний;
- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов, как на билет, так и на дополнительные вопросы.

Зачет выставляется, если:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не искавшие методического содержания ответа;
- допущены один - два недочета при освещении основного содержания ответа, исправление по замечанию преподавателя;
- допущены ошибки или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленных по замечанию преподавателя.

Зачет выставляется, если:

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала;
- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, чертежах, выкладках, рассуждениях, исправленных после нескольких наводящих вопросов преподавателя.

Не зачтено выставляется, если:

- не раскрыто основное содержание учебного методического материала;
- обнаружено незнание и непонимание студентом большей или наиболее важной части дисциплины;
- допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, в рисунках, чертежах, в использовании и применении наглядных пособий, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов преподавателя;
- допущены ошибки в освещении основополагающих вопросов дисциплины.

4.2.1 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 основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

5.1. Основная литература

1. Шавшаева, Л.Ю. Психолого-педагогическое обеспечение формирования эмоциональной культуры педагога в процессе повышения квалификации : учебно-методическое пособие / Л.Ю. Шавшаева. - М. : Флинта, 2017. - 53 с. - Библиогр.: с. 43-45. - ISBN 978-5-9765-2152-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279819>

5.2. Дополнительная литература

1. Васильева, О.С. Психология и культура здоровья: базовые понятия, концепции и подходы : учебное пособие для студентов вузов / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Факультет психологии. - Ростов-н/Д : Издательство Южного федерального университета, 2011. - 176 с. - ISBN 978-5-9275-0849-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241077>
2. Психическое здоровье личности : учебно-методический комплекс / . - М. : Директ-Медиа, 2013. - 96 с. - ISBN 978-5-4458-3445-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210552>

5.3. Периодические издания

1. Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=31831>
2. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – URL: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/9665/udb/1270>
3. Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/71233/udb/2630>
4. Вопросы психолингвистики. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1373884>
5. Вопросы психологии. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/79646/udb/4>
6. Научное мнение: психолого-педагогические и юридические науки : научный журнал. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=journal_red&jid=277851
7. Педагогика и психология образования. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/79335/udb/1270>
8. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1585469>
9. Психологический журнал. - URL: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/614/udb/4>
10. Психопедагогика в правоохранительных органах. - URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/79773/udb/1270>
11. Человек. - URL: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/484/udb/4>

6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллек-

ция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red .

2.ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com> .

3.ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB> .

4.Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на рус. яз.) включает коллекции: Издания по общественным и гуманитарным наукам; Издания по педагогике и образованию; Издания по информационным технологиям; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: <http://dlib.eastview.com> .

5.КиберЛенинка : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: <http://cyberleninka.ru> .

6.Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: <http://window.edu.ru> .

7.Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://fcior.edu.ru> .

8.Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru> .

9.Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/> .

10.Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About> .

7 Методические указания для студентов по освоению дисциплины

7.1 Методические рекомендации для подготовки к лекционным занятиям

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.

7.2 Методические рекомендации для подготовки к семинарским (практическим) занятиям

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.

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.

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

Оценивание практических заданий входит в накопленную оценку.

7.3 Методические рекомендации для подготовки к самостоятельной работе

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

7.4 Методические рекомендации для получения консультации

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.

7.5 Методические рекомендации по обучению лиц с ОВЗ и инвалидов

Преподаватель знакомится с психолого-физиологическими особенностями обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, индивидуальными программами реабилитации инвалидов (при наличии). При необходимости осуществляется дополнительное обсуждение реализации программы дисциплины с тьюторами, психологами, социальными работниками, прошедшими подготовку ассистентами (при наличии).

В соответствии с методическими рекомендациями Минобрнауки РФ (утв. 8 апреля 2014 г. N АК-44/05вн) в курсе предполагается использовать социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе. Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Освоение дисциплины лицами с ОВЗ осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения (персонального и коллективного использования). Материально-техническое обеспечение предусматривает приспособление аудиторий к нуждам лиц с ОВЗ.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для студентов с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

- в печатной или электронной форме (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- в печатной форме или электронной форме с увеличенным шрифтом и контрастностью (для лиц с нарушениями слуха, речи, зрения);
- методом чтения ассистентом задания вслух (для лиц с нарушениями зрения).
- Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:
- письменно на бумаге или набором ответов на компьютере (для лиц с нарушениями слуха, речи);
- выбором ответа из возможных вариантов с использованием услуг ассистента (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- устно (для лиц с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата).

При необходимости для обучающихся с инвалидностью процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.

8 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

8.1 Перечень информационных технологий

Компьютерное тестирование по итогам изучения разделов дисциплины. Проводится в компьютерном классе, оснащенном персональными ЭВМ и соответствующим программным обеспечением (ПО).

8.2 Перечень необходимого программного обеспечения

1. Офисный пакет приложений «ApacheOpenOffice»
2. Приложение позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «AdobeAcrobatReader DC»
3. Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель) «WindowsMediaPlayer».
4. Программа просмотра интернет контента (браузер) «GoogleChrome»
5. Офисный пакет приложений «LibreOffice»
6. Программа файловый архиватор «7-zip»
7. Двухпанельный файловый менеджер «FreeCommander»
8. Программа просмотра интернет контента (браузер) «MozillaFirefox»

8.3 Перечень информационных справочных систем

1. Федеральный центр образовательного законодательства: сайт. – URL: <http://www.lexed.ru>.
2. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования. – URL: <http://www.fgosvo.ru>.
3. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.
4. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.
5. ГРАМОТА.РУ – справочно-информационный интернет-портал. – URL: <http://www.gramota.ru>.
6. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

9 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

| № | Вид работ | Материально-техническое обеспечение дисциплины и оснащенность |
|---|---|---|
| 1 | Лекционные занятия | Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО) |
| 2 | Семинарские занятия | Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО) |
| 3 | Групповые (индивидуальные) консультации | Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО) |
| 4 | Текущий контроль (текущая аттестация) | Учебная аудитория для проведения текущего контроля, оснащенный персональными ЭВМ и соответствующим программным обеспечением (ПО) |
| 5 | Самостоятельная работа | Помещение для самостоятельной работы, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет», программой экранного увеличения и обеспеченный доступом в электронную информационно-образовательную среду филиала университета. Читальный зал библиотеки филиала. |