ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

**«ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**А.С. ПУШКИНА»**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической

работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н.Большаков

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины

**Б1.В.03.ДВ.02.02 ПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ**

Направление подготовки **44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) **Психология и социальная работа**

(год начала подготовки – 2019)

Санкт-Петербург

2020

**1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. Индекс компетенции | Содержание компетенции  (или ее части) | Индикаторы компетенций  (код и содержание) |
| **УК-6.** | Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | **ИУК 6.1.** Знает:  - способы самообразования и инструменты непрерывного образования (образования в течение всей жизни) для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда.  **ИУК 6.2.** Умеет:  -использовать инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей;  **ИУК 6.3**. Владеет:  -готовностью определять задачи саморазвития и профессионального роста, планировать его на долго-, средне- и краткосрочные периоды. |
| **ПК-14** | Способен осуществлять психологическое просвещение субъектов образовательного процесса | **ИПК-14.1** Знает: формы и методы психологического просвещения субъектов образовательного процесса. |
| 1. **ИПК-14.2** Умеет: осуществлять психологическое просвещение субъектов образовательного процесса. |
| **ИПК-14.3** Владеет: навыками планирования и осуществления психологического просвещения субъектов образовательного процесса. |

**2. Место дисциплины в структуре ОП:**

Целью дисциплины: управлять процессом профессионального и личностного развития педагогов, предупреждая возникновение синдрома профессионального выгорания в процессе педагогической деятельности.

Задачи дисциплины:

* формирование системы знаний о синдроме профессионального выгорания и факторах, способствующих его возникновению и развитию у педагогов.
* выработка диагностических умений выявления и измерения синдрома профессионального у педагогов.
* овладение навыками применения методов профилактики синдрома профессионального выгорания у педагогов.

Место дисциплины: дисциплина относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений, программы бакалавриата.

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы:**

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа *(1 зачетная единица соответствует 36 академическим часам)*.

Очная форма обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
|  |  | Практическая подготовка |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего):** | 34 | |
| в том числе: |  | |
| Лекции | 14 | - |
| Лабораторные работы / Практические занятия (в т.ч. зачет) | 20/- | -/- |
| **Самостоятельная работа (всего)** | 11 | |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен):** | 27 | |
| контактная работа | 2,35 | |
| самостоятельная работа по подготовке к экзамену | 24,65 | |
| **Общая трудоемкость дисциплины (в час. /з.е.)** | 72/2 | |

Заочная форма обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
|  |  | Практическая подготовка |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего):** | 10 | |
| в том числе: |  | |
| Лекции | 6 | - |
| Лабораторные работы/ Практические занятия | -/4 | -/- |
| **Самостоятельная работа (всего)** | 53 | - |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен):** | 9 | |
| контактная работа | 2,35 | |
| самостоятельная работа по подготовке к экзамену | 6,65 | |
| **Общая трудоемкость дисциплины (в час. /з.е.)** | 72/2 | |

**4.СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

При проведении учебных занятий обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей**).**

**4.1 Блоки (разделы) дисциплины.**

|  |  |
| --- | --- |
| № | Наименование блока (раздела) дисциплины |
| 1 | Теоретические основания исследования синдрома профессионального выгорания |
| 2 | Особенности педагогической деятельности, способствующие возникновения синдрома профессионального выгорания |
| 3 | Индивидуально-психологические факторы развития синдрома профессионального выгорания у педагогов |
| 4 | Диагностика и измерение синдрома профессионального выгорания у педагогов |
| 5 | Основные направления и методы профилактики синдрома профессионального выгорания в образовательной среде |

**4.2. Примерная тематика курсовых работ (проектов):**

Курсовая работа по дисциплине не предусмотрена учебным планом.

**4.3. Перечень занятий, проводимых в активной и интерактивной формах, обеспечивающих развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блока (раздела) дисциплины** | **Занятия, проводимые в активной и интерактивной формах** | | **Практическая подготовка** |
| **Форма проведения занятия** | **Наименование видов занятий** |
| 1 | Теоретические основания исследования синдрома профессионального выгорания | Лекционное занятие | Проблемная лекция |  |
| Практическое занятие | Выполнение практического задания |  |
| 2 | Особенности педагогической деятельности, способствующие возникновения синдрома профессионального выгорания | Лекционное занятие | Лекция-визуализация |  |
| Практическое занятие | Тематическая дискуссия, мозговой штурм |  |
| 3 | Индивидуально-психологические факторы развития синдрома профессионального выгорания у педагогов | Лекционное занятие | Лекция-визуализация |  |
| Практическое занятие | Выполнение практического задания,  защита рефератов |  |
| 4 | Диагностика и измерение синдрома профессионального выгорания у педагогов | Лекционное занятие | Лекция-визуализация,  проблемная лекция |  |
| Практическое занятие | Ролевая игра,  защита рефератов |  |
| 5 | Основные направления и методы профилактики синдрома профессионального выгорания в образовательной среде | Лекционное занятие | Лекция-визуализация, проблемная лекция |  |
| Практическое занятие | Выполнение практического задания,  защита творческих работ |  |

**5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:**

**5.1. Темы для творческой самостоятельной работы обучающегося**

Темы для творческой самостоятельной работы студента формулируются обучающимся самостоятельно, исходя из перечня тем занятий текущего семестра.

**5.2. Темы рефератов**

1. История изучения синдрома профессионального выгорания.
2. Психологические исследования синдрома профессионального выгорания за рубежом.
3. Психология профессионального развития и профессиональное выгорание
4. Отечественные исследования синдрома профессионального выгорания.
5. Профессиональная деформация и профессиональное выгорание.
6. Феномен профессионального выгорания, его структура и характеристика
7. Модели и методы измерения профессионального выгорания
8. Специфика синдрома профессионального выгорания в образовательной среде.
9. Организационные и социально-психологические факторы возникновения и развития синдрома профессионального выгорания.
10. Индивидуально-психологические факторы возникновения и развития синдрома профессионального выгорания.
11. Диагностика синдрома профессионального выгорания у педагогов.
12. Основные направления профилактики синдрома профессионального выгорания у педагогов.
13. Организация и проведение профилактики синдрома профессионального выгорания в образовательной организации.
14. Групповые методы профилактики синдрома профессионального выгорания у педагогов.
15. Методы индивидуальной профилактики синдрома профессионального выгорания у педагогов

**6 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости:**

**6.1. Текущий контроль**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | № блока (раздела) дисциплины | Форма текущего контроля |
| 1 | Темы 1-5 | Устный опрос или  Защита реферата |

**7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Авторы | Место издания | Год издания | Наличие | | |
| печатные издания | ЭБС (адрес в сети Интернет) |
| 1. | Профилактика синдрома профессионального выгорания педагогов: диагностика, тренинги, упражнения | Бабич, О.И. | Волгоград, Учитель | 2017 |  | <https://biblioclub.ru/> |
| 2 | Синдром выгорания: диагностика и профилактика.. | Водопьянова,Н.Е., Старченкова, Е.С. | СПб.: Питер | 2008 |  | <https://biblioclub.ru/> |
| 3 | Стресс, выгорание, совладание в современном контексте - | Под ред. Журавлева, | М.:, ИПРАН | 2019 |  | <https://biblioclub.ru/> |
| 4 | Изучение психологического содержания синдрома эмоционального сгорания. | А.Л., Сергиенко, Е.А. | М.: Педагогика | 2005 |  | <https://biblioclub.ru/> |

1. **Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. «НЭБ». Национальная электронная библиотека. – Режим доступа: [http://нэб.рф/](http://www.biblioclub.ru/)

2. «eLibrary». Научная электронная библиотека. – Режим доступа: [https://elibrary.ru](https://elibrary.ru/)

3. «КиберЛенинка». Научная электронная библиотека. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>

4. ЭБС «Университетская библиотека онлайн». – Режим доступа: [http://www.biblioclub.ru/](http://www.knigafund.ru/)

5. Российская государственная библиотека. – Режим доступа: <http://www.rsl.ru/>

**9. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

В ходе осуществления образовательного процесса используются следующие информационные технологии:

- средства визуального отображения и представления информации (LibreOffice) для создания визуальных презентаций как преподавателем (при проведении занятий) так и обучаемым при подготовке докладов для семинарского занятия.

- средства телекоммуникационного общения (электронная почта и т.п.) преподавателя и обучаемого.

- использование обучаемым возможностей информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» при осуществлении самостоятельной работы.

**9.1. Требования к программному обеспечению учебного процесса**

Для успешного освоения дисциплины, обучающийся использует следующие программные средства:

* Windows 10 x64
* MicrosoftOffice 2016
* LibreOffice
* Firefox
* GIMP

**9.2. Информационно-справочные системы (при необходимости):**

Не используются

**10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий.

Для изучения дисциплины используется следующее оборудование: аудитория, укомплектованная мебелью для обучающихся и преподавателя, доской, ПК с выходом в интернет, мультимедийным проектором и экраном.

Для самостоятельной работы обучающихся используется аудитория, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами (ПК с выходом в интернет и обеспечением доступа в электронно-информационно-образовательную среду организации).