

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО
Педагогічний факультет
Кафедра початкової та дошкільної освіти



Директор з науково-педагогічної

освіти

Михальченко Н.В.

30 серпня 2023 р

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ

Ступінь магістра


Спеціальність 013 «Початкова освіта»

Освітньо-професійна програма: Початкова освіта

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ: Михальченко Наталія Вячеславівна, доцент кафедри початкової та дошкільної освіти, кандидат психологічних наук, доцент.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри початкової та дошкільної освіти освіти

Протокол від "29" серпня 2023 року № 1

Завідувач кафедри початкової та дошкільної освіти  Якименко С.І.

29 серпня 2023 р.

Анотація

Дисципліна «Психологія професійного вигорання» сприяє засвоєнню знань та відпрацюванню вмінь, навичок необхідних майбутнім вчителям початкової освіти. Програма дисципліни розкриває основні категорії професійного вигорання вчителя. Дисципліна сприяє формуванню професійних компетенцій магістра в області збереження психічного здоров'я, профілактики професійного вигорання як стану, який характеризується поступовою втратою суб'єктом життєвого тону під впливом пролонгованого стресу у професійній діяльності, що виявляється у симптомах хронічної втоми, загальному виснаженні, деперсоналізації, редукції професійних досягнень. Дисципліна спрямована на ознайомлення зі специфікою та особливостями професійного вигорання педагогічних працівників, психолого-педагогічними технологіями його діагностики, профілактики та корекції.

Ключові слова: професійне вигорання, психологія особистості вчителя, педагогічна діяльність, стилі педагогічної діяльності, педагогічні здібності, професійна самосвідомість вчителя, професійна деформація педагога, стресостійкість особистості вчителя.

Summary

The discipline "Psychology of burnout" contributes to the acquisition of knowledge and skills, future teachers of primary education. The discipline program reveals the main categories of professional burnout of teachers. The discipline contributes to the formation of professional competencies of the master in the field of mental health, prevention of burnout as a condition characterized by the gradual loss of vitality under the influence of prolonged stress in professional activities, manifested in symptoms of chronic fatigue, general exhaustion, depersonalization, reduction professional achievements. The discipline is aimed at getting acquainted with the specifics and features of professional burnout of teachers, psychological and pedagogical technologies of its diagnosis, prevention and correction.

Key words: professional burnout, psychology of the teacher's personality, pedagogical activity, styles of pedagogical activity, pedagogical abilities, professional self-consciousness of the teacher, professional deformation of the teacher, stress resistance of the teacher's personality.

1.Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		<i>денна форма навчання</i>	
Кількість кредитів – 4	Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка	Вибіркова	
	Спеціальність 013 Початкова освіта		
Загальна кількість годин - 120	Спеціальність (професійне спрямування): Початкова освіта	<i>Рік підготовки:</i>	
		1-й	
		<i>Семестр</i>	
			2-й
		<i>Лекції</i>	
			10
		<i>Практичні, семінарські</i>	
			30
		<i>Лабораторні</i>	
			-
		<i>Самостійна робота</i>	
			80
		Вид контролю: залік	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2,2 самостійної роботи студента – 4.4.	Освітній ступінь магістра		

Мова навчання - українська

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 90 год.: 30 год. – аудиторні заняття, 60 год. – самостійна робота (33.3 %~66.6%).

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		<i>заочна форма навчання</i>	
Кількість кредитів – 4	Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка	Вибіркова	
	Спеціальність 013 Початкова освіта		
Загальна кількість годин - 120	Спеціальність (професійне спрямування): Початкова освіта	<i>Рік підготовки:</i>	
		1-й	
		<i>Семестр</i>	
			2-й
		<i>Лекції</i>	
			8
		<i>Практичні, семінарські</i>	
			10
		<i>Лабораторні</i>	
			-
		<i>Самостійна робота</i>	
			102
		Вид контролю: залік	
	Освітній ступінь магістра		

Мова навчання - українська

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для заочної форми навчання – 90 год.: 18 год. – аудиторні заняття, 72 год. – самостійна робота (15.00 %-85, 00%).

1. Мета, завдання навчальної дисципліни та результати навчання

Мета курсу є вивчення особливостей прояву професійного вигорання у особистості вчителя: набуття студентами знань про основні цілі, стратегії та принципи педагогічної діяльності; форми, методи, прийоми і способи роботи з професійним вигоранням, сприяння становленню всебічно розвинутої особистості як суб'єкта успішної професійної, освітньої та науково-дослідницької діяльності; формування професійних компетенцій магістра в області збереження психічного здоров'я, профілактики професійного вигорання як стану, який характеризується поступовою втратою суб'єктом життєвого тону під впливом пролонгованого стресу у професійній діяльності, що виявляється у симптомах хронічної втоми, загальному виснаженні, деперсоналізації, редукції професійних досягнень; ознайомлення зі специфікою та особливостями професійного вигорання педагогічних працівників, психолого-педагогічними технологіями його діагностики, профілактики та корекції.

Завданнями курсу є:

1. Забезпечення достатнього рівня оволодіння теоретичними знаннями про предметну область, основні підходи до вивчення професійного вигорання в діяльності фахівців освіти, причини виникнення, основні симптоми та форми прояву, про його вплив на поведінку, професійну діяльність й психічне здоров'я педагогів;

2. Розкриття психологічних закономірностей формування та розвитку професійного вигорання, його симптомів, чинників, моделей, етапів розвитку у фахівців освіти;

3. Ознайомлення студентів із можливостями оптимізації педагогічної діяльності шляхом підвищення професійної стресостійкості педагога як його здатності протистояти професійним стресорам і керувати професійним вигоранням;

4. Створення умов для оволодіння практичними навичками й уміннями використання психологічних методів діагностики, профілактики й корекції професійного вигорання фахівців освіти;

5. Сприяння формуванню умінь і навичок збереження й укріплення психічного здоров'я майбутнього спеціаліста через оволодіння способами саморегуляцій і активізацію особистісних ресурсів;

6. Сприяння у розвитку загальної, педагогічної, психологічної, комунікативної культури педагога; його особистісно-професійної компетентності, здатності до саморефлексії, самопомоги в ситуаціях емоційної напруги, виснаження, перевантаження, професійного стресу, професійного вигорання тощо.

Передумови для вивчення дисципліни: педагогіка, психологія, загальна психологія, вікова психологія, педагогічна психологія.

Навчальна дисципліна складається з 4-х кредитів.

Програмні результати навчання:

1. ПРН 1. Навички креативного мислення, набуття гнучкого образу мислення, який дозволяє зрозуміти та розв'язати проблеми та задачі, зберігаючи при цьому критичне ставлення до сталих наукових компетенцій у галузі початкової освіти.

2. ПРН 2. Уміння до імплементації законодавчих та нормативно-правових актів у галузі початкової та вищої освіти.

3. ПРН 3. Уміння творчо-критично мислити з дотриманням норм і правил інтелектуальної власності.

4. ПРН 6 Уміння формулювати педагогічно-наукову задачу, для її вирішення використовувати потрібну інформацію та методологію для досягнення обґрунтованого висновку.

5. ПРН 9. Уміння встановлювати співвідношення ролі культури, науки в розвитку цивілізації і пов'язаних з цим сучасних соціальних і етичних проблем, цінності наукової раціональності та її історичних типів, знати структуру, форми і методи наукового пізнання, їх еволюцію..

6. ПРН 11. Уміння аналізувати сучасні освітні технології: сутність, завдання, класифікація, практична значущість; методика організації індивідуальної, фронтальної,

групової форми роботи з учнями; нетрадиційні методи і форми організації навчально-пізнавальної діяльності учнів; вимоги до організації різних видів занять.

7. ПРН 12. Уміння здійснювати самостійно-пошукову роботу; користуватися сучасними методами навчання, як складовою психолого-педагогічної компетентності викладача початкової школи.

8. ПРН 13. Уміння використовувати інтерактивні методи викладання; розв'язувати психолого-педагогічні ситуації.

Мова навчання – українська.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

I. Загальнопредметні компетентності:

ЗК-1	<i>Загальнонавчальна.</i> Здатність навчатися й оволодівати сучасними знаннями, зокрема, інноваційними методичними підходами, сучасними системами, методиками, технологіями навчання, розвитку й виховання учнів початкової школи; чинним нормативним забезпеченням початкової освіти тощо.
ЗК-2	<i>Інформаційно-аналітична.</i> Здатність до пошуку, оброблення та аналізу, систематизації й узагальнення інформації, зокрема професійно-педагогічної, з різних джерел та формулювання логічних висновків.
ЗК-4	<i>Комунікативна.</i> Здатність спілкуватися державною мовою на офіційно-діловому рівні; володіти навичками нормативного літературного мовлення (його усною та писемною формою) в різних сферах комунікації. Здатність до розуміння чужих і продукування власних програм комунікативної поведінки, адекватних цілям, сферам, ситуаціям спілкування, активній взаємодії з іншими мовленнєвими суб'єктами. Уміння володіти різними стилями мовленнєвого спілкування в ситуаціях запобігання та врегулювання конфліктів
ЗК-5	<i>Громадянська компетентність.</i> Здатність активно, відповідально та ефективно реалізовувати громадянські права й обов'язки з метою розвитку демократичного суспільства. Здатність орієнтуватися у проблемах сучасного суспільно-політичного життя в Україні, застосовувати процедури й технології захисту власних інтересів, прав і свобод своїх та інших громадян, зокрема учнів початкової школи; використовувати способи діяльності й моделі поведінки, що відповідають чинному законодавству України.
ЗК-6	<i>Соціокультурна.</i> Здатність застосовувати знання, пов'язані із соціальною структурою та національною специфікою суспільства, з особливостями соціальних ролей; здатність до орієнтування у соціальних ситуаціях, розуміння соціального контексту художніх творів Здатність діяти соціально відповідально та свідомо; спроможність ідентифікувати себе з цінностями професійного середовища; наявність професійної позиції вчителя. Здатність до цінування та повага до різноманітності і мультикультурності; надання рівних можливостей учням різних національностей та різних розумових здібностей, толерантне ставлення до їхньої культурної спадщини, індивідуальних особливостей.
ЗК-7	<i>Міжособистісної взаємодії.</i> Здатність до ефективної міжособистісної взаємодії; зокрема, здатність успішно взаємодіяти з керівництвом, колегами, учнями та їхніми батьками; володіння алгоритмами конструктивного вирішення педагогічних конфліктів. Здатність працювати в команді, здатність до співпраці, групової та кооперативної діяльності. Здатність бути критичним і самокритичним, наполегливим щодо поставлених завдань і взятих зобов'язань.
ЗК-8	<i>Рефлексивна.</i> Здатність ефективно та адекватно здійснювати рефлексивні процеси, що сприяє розвитку й саморозвитку учнів, творчому підходові до навчально-виховного процесу початкової школи. Здатність оцінювати результати педагогічних впливів та забезпечувати якість діяльності навчання, розвитку й виховання учнів початкової школи; здатність до педагогічної рефлексії.
ЗК-9	<i>Інформаційно-комунікаційна.</i> Здатність до застосування сучасних засобів інформаційних і комп'ютерних технологій для розв'язання комунікативних задач у професійній діяльності вчителя початкових класів й у повсякденному житті.

II. Фахові компетентності:

ФК-1	<i>Дослідницька.</i> Здатність використовувати форми, методи, технології та враховувати принципи науково-педагогічних досліджень, виявляти тенденції розвитку подій та прогнозувати розвиток педагогічних процесів у системі початкової та вищої освіти, а також підвищення професійної майстерності викладача, вчителя.
ФК-2	<i>Проектувальна.</i> Здатність і готовність проектувати та застосовувати сучасні педагогічні технології з метою забезпечення оптимальних умов пізнавальної діяльності дітей молодшого шкільного віку, студентів ЗВО, аналізувати та оцінювати різноманітні психолого-педагогічні, методичні фактори, передбачати можливі наслідки їх застосування.
ФК-3	<i>Організаційна.</i> Здатність організувати навчально-пізнавальну, виховну діяльність молодших школярів та студентів, організації їх самостійної, пошукової роботи, участь у роботі кафедри, в організації та проведенні семінарів, конференцій, педагогічних читань, виставок, конкурсів, у розробленні навчально-методичних матеріалів щодо покращення якості роботи та професійної майстерності.
ФК-6	<i>Інформаційна.</i> Здатність і готовність застосовувати інформаційно-комунікаційні технології, опрацьовувати різні види інформації.
ФК-7	<i>Продуктивна.</i> Здатність працювати, отримувати результат, ухвалювати рішення та відповідати за них.
ФК-8	<i>Автономізаційна.</i> Здатність до саморозвитку, творчості, самовизначення, самоосвіти, конкурентоспроможність.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 140 годин / 4 кредити ECTS.

2. Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Психологія особистості вчителя

Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя.

Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя.

Кредит 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації

Тема 3. Психологія стилів педагогічної діяльності

Кредит 3. Особливості професійного вигорання вчителя

Тема 4. Професійне вигорання як психологічна проблема

Кредит 4. Шляхи профілактики та корекції професійного вигорання

Тема 5. Методи психологічної допомоги при професійному вигоранні

3. Структура навчальної дисципліни

Денна форма навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	Усього	у тому числі				
		л	П	лаб	кон	ср
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1 . Психологія особистості вчителя						
Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя	14	2	4	-	-	8
Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя	16	2	4			10
Усього:	30	4	8	-	-	18
Кредит 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації						
Тема 3. Психологія стилів педагогічної діяльності	30	2	8	-	-	20
Усього:	30	2	8	-	-	20
Кредит 3. Особливості професійного вигорання						
Тема 4. Професійне вигорання як психологічна проблема	30	2	8	-	-	20
Усього:	30	2	8	-	-	20
Кредит 4. Шляхи профілактики та корекції професійного вигорання						
Тема 5. Методи психологічної допомоги при професійному вигоранні	30	2	6	-	-	22
Усього:	30	2	6	-	-	22
Усього годин:	120	10	30	-	-	80

Заочна форма навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	Усього	у тому числі				
		л	П	лаб	кон	ср
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1 . Психологія особистості вчителя						
Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя	14	1	2	-	-	11
Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя	16	1	2			13
Усього:	30	2	4	-	-	24
Кредит 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації						
Тема 3. Психологія стилів педагогічної діяльності	30	2	2	-	-	26

діяльності						
Усього:	30	2	2	-	-	26
Кредит 3. Особливості професійного вигорання						
Тема 4. Професійне вигорання як психологічна проблема	30	2	2	-	-	26
Усього:	30	2	2	-	-	26
Кредит 4. Шляхи профілактики та корекції професійного вигорання						
Тема 5. Методи психологічної допомоги при професійному вигоранні	30	2	2	-	-	26
Усього:	30	2	2	-	-	26
Усього годин:	120	8	10	-	-	102

**4. Теми лекційних занять
Денна форма навчання**

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Кредит 1 . Психологія особистості вчителя	
1.	Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя.	2
2.	Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя.	2
	Кредит 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації	
3.	Тема 3. Психологія стилів педагогічної діяльності	2
	Кредит 3. Особливості професійного вигорання	
4.	Тема 4. Професійне вигорання як психологічна проблема	2
	Кредит 4. Шляхи профілактики та корекції професійного вигорання	
5.	Тема 5. Методи психологічної допомоги при професійному вигоранні	2
	Разом:	10

Заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Кредит 1 . Психологія особистості вчителя	
1.	Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя.	1
2.	Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя.	1
	Кредит 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації	
3.	Тема 3. Психологія стилів педагогічної діяльності	2
	Кредит 3. Особливості професійного вигорання	
4.	Тема 4. Професійне вигорання як психологічна проблема	2
	Кредит 4. Шляхи профілактики та корекції професійного вигорання	
5.	Тема 5. Методи психологічної допомоги при професійному вигоранні	2
	Разом:	8

**6.Теми практичних занять
Денна форма навчання**

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Кредит 1 . Психологія особистості вчителя	
1.	Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя.	4
2.	Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя.	4
	Кредит 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації	
3.	Тема 3. Психологія стилів педагогічної діяльності	8
	Кредит 3. Особливості професійного вигорання	
4.	Тема 4. Професійне вигорання як психологічна проблема	8
	Кредит 4. Шляхи профілактики та корекції професійного вигорання	
5.	Тема 5. Методи психологічної допомоги при професійному вигоранні	6
	Разом:	30

Заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Кредит 1 . Психологія особистості вчителя	
1.	Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя.	2
2.	Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя.	2
	Кредит 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації	
3.	Тема 3. Психологія стилів педагогічної діяльності	2
	Кредит 3. Особливості професійного вигорання	
4.	Тема 4. Професійне вигорання як психологічна проблема	2
	Кредит 4. Шляхи профілактики та корекції професійного вигорання	
5.	Тема 5. Методи психологічної допомоги при професійному вигоранні	2
	Разом:	10

**8.Самостійна робота
Денна форма навчання**

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя. Самостійна робота № 1. <u>Реферат.</u> <u>Словник.</u>	18
2.	Кредит 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації Тема 3. Психологія стилів педагогічної діяльності	20
3.	Тема 3. Професійне вигорання як психологічна проблема Самостійна робота № 2. <u>Презентація-проект</u> <u>Розробка тестів.</u>	20
4.	Тема 4. Професійний стрес як причина професійного вигорання Тема 5. Внутріособистісні конфлікти педагога у професійній діяльності, їх профілактика та корекція.	22

	Самостійна робота № 3. Контрольна робота Індивідуальне завдання Конспект першоджерела	
	Разом:	80

Заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя. Самостійна робота № 1. <u>Реферат.</u> <u>Словник.</u>	24
2.	Кредит 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації Тема 3. Психологія стилів педагогічної діяльності	26
3.	Тема 3. Професійне вигорання як психологічна проблема Самостійна робота № 2. <u>Презентація-проект</u> <u>Розробка тестів.</u>	26
4.	Тема 4. Професійний стрес як причина професійного вигорання Тема 5. Внутріособистісні конфлікти педагога у професійній діяльності, їх профілактика та корекція. Самостійна робота № 3. Контрольна робота Індивідуальне завдання Конспект першоджерела	26
	Разом:	102

9.Форми роботи та критерії оцінювання

Рейтинговий контроль знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою:

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ОЦІНКА ЄКТС	СУМА БАЛІВ	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
A	90-100	5 (відмінно)	5/відм./зараховано
B	80-89	4 (добре)	4/добре/ зараховано
C	65-79		
D	55-64	3 (задовільно)	3/задов./ зараховано
E	50-54		
FX	35-49	2 (незадовільно)	Не зараховано
F*	1-34	2 (незадовільно)	Не зараховано

Форми поточного та підсумкового контролю. Комплексна діагностика знань, умінь і навичок студентів із дисципліни здійснюється на основі результатів проведення поточного й підсумкового контролю знань (КР). Поточне оцінювання (індивідуальне, групове і фронтальне

опитування, самостійна робота, самоконтроль). Завданням поточного контролю є систематична перевірка розуміння та засвоєння програмового матеріалу, виконання практичних робіт, уміння самостійно опрацьовувати тексти, складання конспекту рекомендованої літератури, написання і захист реферату, здатності публічно чи письмово представляти певний матеріал. Завданням підсумкового контролю (КР, залік) є перевірка глибини засвоєння студентом програмового матеріалу кредиту.

Критерії оцінювання відповідей на практичних заняттях:

Студенту виставляється відмінно, якщо: мають глибокі і повні знання з дисципліни; вільно використовують термінологічний апарат; на високому рівні володіють вміннями й навичками з організації національно-патріотичного виховання в закладах дошкільної освіти; здатні до розв'язання теоретико-практичних завдань; володіють вміннями наукового аналізу та синтезу при дослідженні особливостей національно-патріотичного виховання особистості; творчо підходять до їх інтерпретації та демонструють самостійність і оригінальність суджень; вміють визначати та зіставляти провідні положення наукових праць з педагогіки; чітко формулюють власну думку та переконливо аргументувати її, в тому числі в дискусії; виявляють високий рівень мовленнєвої культури; припускаються кількох несуттєвих помилок, які швидко і самостійно виправляють.

Студенту виставляється дуже добре, якщо мають добрі знання з дисципліни; виявляють розуміння основних понять; на достатньому рівні володіють вміннями й навичками цілісного підходу до організації національно-патріотичного виховання; здатні до розв'язання теоретико-практичних завдань; вміють добирати докази на підтвердження власних думок; демонструють добрий рівень мовленнєвої культури; припускаються певної кількості суттєвих помилок, які самостійно виправляють.

Студенту виставляється добре, якщо мають добрі знання з дисципліни; виявляють розуміння основних понять; на достатньому рівні володіють вміннями й навичками цілісного підходу до організації національно-патріотичного виховання; здатні до розв'язання теоретико-практичних завдань; вміють добирати докази на підтвердження власних думок; демонструють добрий рівень мовленнєвої культури; припускаються певної кількості суттєвих помилок, які самостійно виправляють.

Студенту виставляється достатньо, якщо мають задовільний рівень знань з дисципліни; виявляють розуміння окремих понять; під керівництвом викладача аналізують і наводять приклади з них; здатні за зразком розв'язувати теоретико-практичні завдання; вміють добирати докази на підтвердження власних думок, використовувати словниково-довідкову літературу; демонструють задовільний рівень мовленнєвої культури; припускаються значної кількості помилок, які виправляють під керівництвом викладача.

Студенту виставляється мінімальний задовільно, якщо частково та поверхово відтворюють навчальний матеріал, називаючи окремі факти; виявляють нерозуміння, розв'язання завдань теоретико-практичних завдань; демонструють вкрай низький рівень мовленнєвої культури; припускаються великої кількості помилок та є здатними виправити їх із допомогою викладача.

Кількість балів у кінці семестру повинна складати до 400 балів (за 4 кредити), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

Відповідний розподіл балів, які отримують студенти за 4 кредити.

Розподіл балів, які отримують студенти по 4-х кредитах

Поточне тестування та самостійна робота				Контрольна робота	Накопичувальні бали/ Сума
Кредит 1	Кредит 2	Кредит 3	Кредит 4	20	400

100	100	100	80		

10. Засоби діагностики

Контрольні питання до семінарських занять, тестові завдання для поточного контролю, індивідуальні завдання, контрольні питання до заліку, контрольна робота, поточне опитування, тестування, презентація, термінологічний словник.

Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік

11. Методи навчання

1. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

1) словесні: метод пояснення, метод розповіді, метод лекції, метод бесіди (вступної бесіди, бесіди-повідомлення, бесіди-повторення, контрольної бесіди, репродуктивної бесіди, евристичної бесіди, катехізисної бесіди);

2) наочні методи навчання: метод ілюстрування, метод демонстрування, самостійне спостереження;

3) практичні методи навчання: вправи, практичні роботи, дослідні роботи.

2. Методи стимулювання навчальної діяльності студентів: метод навчальної дискусії, метод забезпечення успіху в навчанні, метод пізнавальних ігор, метод створення ситуації інтересу в процесі викладання навчального матеріалу, метод створення ситуації новизни навчального матеріалу.

3. Методи стимулювання обов'язку і відповідальності в навчанні.

12. Рекомендована література

Базова література

1. Баклицький І. О. Психологія праці : підручник / І. О. Баклицький – 2-ге вид., перероб. і доп. – К. Знання, 2008. – С. 200–229.

2. Безносів С. П. Професійна деформація особистості / С. П. Безносів. – СПб.: Речь, 2004. – 272 с.

3. Водоп'янова Н. Е. Синдром вигорання / Н. Водоп'янова, Е. Старченкова. – 2-е изд., перераб. – СПб [и др.] : Питер, 2009. – 336 с.

4. Водоп'янова Н. Е. Психодіагностика стресса / Н. Е. Водоп'янова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.

5. Волобаєв В. М. Емоціональне вигорання : діагностика, профілактика, корекція : монографія / В. М. Волобаєв. – Ульяновск : УІПКПРО, 2011. –

6. Зеєр Е. Ф. Психологія професійно-х деструкцій : учебное пособие для вузов / Э. Ф. Зеєр, Э. Э. Сыманюк. – М. : Академический проект; Екатеринбург : Деловая книга, 2005. – 240 с. – (Серия – «Gaudeamus»).

7. Ильин Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е. П. Ильин. – СПб: Питер, 2011. – 224 с.

8. Китаєв-Смык Л. А. Сознание и стресс: творчество: Совладание. Выгорание. Невроз / Л. А. Китаєв-Смык. – М.: Смысл, 2015. – 768 с.

9. Колтунович Т. А. Як не згоріти в полум'ї професії : корекційна програма для вихователів дошкільних навчальних закладів / Т. А. Колтунович. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2012. – 200 с.

10. Колтунович Т. А. Як не згоріти в полум'ї професії : теорія, діагностика, корекція : навчально-методичний посібник / Т. А. Колтунович. – 2-ге вид., перероб. і доп. – Чернівці : Видавничий дім «РОДОВІД», 2016. – 164 с.

11. Орел В. Е. Синдром психического выгорания. Мифы и реальность / В. Е. Орел. – Х.: Изд-во «Гуманитарный центр», 2014. – 296 с.

12. Михальченко Н.В. Психологія професійного вигорання: навчально-методичний посібник / автор-упорядник Н.В.Михальченко - Миколаїв: видавець Румянцева Г.В., 2022.- 138 с. ISBN 978-617-729-075-8 <http://192.168.15.234:8080/jspui/> – посилання на репозитарій МНУ в локальній мережі університету.

<http://dspace.mdu.edu.ua/jspui/handle/123456789/1030>

13.

14. Полякова О.Б. Психогигиена и профилактика профессиональных деформаций личности : учебное пособие / О. Б. Полякова. – М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный институт, 2008. – 304 с.

15. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. С.Д.Максименка, Л.М.Карамушки, Т.В.Зайчикової – 2-ге вид., перероб і доп. – К.: Міленіум, 2006. – 368 с.

16. Стресс, выгорание, совладение в современном контексте / под. ред. А. Л. Журавлёва, Е. А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011. – 512 с.

Допоміжна література

1. Андрунь С. В. Синдром профессионального выгорания у педагогов и его влияние на психологическое здоровье детей / С. В. Андрунь // Дошкольная педагогика. – 2009. – № 2. – С. 50-51.

2. Баранов А. А. Профессиональное «выгорание» и типы низкострессоустойчивых педагогов / А. А. Баранов // Инновации в образовании. – 2005. – № 1. – С. 96-98.

3. Бойко В. В. Эмоциональное выгорание / В. В. Бойко // Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В. В. Бойко. – М., 1996. – С.132-140.

4. Борисова М. В. Психологические детерминанты феномена эмоционального выгорания у педагогов / М. В. Борисова // Вопросы психологии. – 2005. – № 2. – С. 96-104.

5. Доценко О. Н. Эмоциональная направленность как фактор «выгорания» у представителей социономических профессий / О. Н. Доценко // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, – № 5. – С. 91-100.

6. Журавлева Г. «Эмоциональное выгорание» в педагогической деятельности и способы его профилактики / Г. Журавлева // Народное образование. – 2008. – № 5. – С. 114-120.

7. Зайчикова Т.В. Діагностика та профілактика синдрому професійного вигорання у вчителів: Методичні рекомендації. – К.-Рівне, 2003. – 24 с.

8. Зайчикова Т.В. Профілактика та подолання синдрому «професійного вигорання» у вчителів: соціально-психологічні та гендерні аспекти. Навчальна програма / За наук. ред. Карамушки Л. М. – К.: Міленіум, 2004. – 24 с.

9. Зайчикова Т.В. Технологія профілактики та подолання синдрому «професійного вигорання» в організаціях. Розділ 8. // Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. Л. М. Карамушки. – К.: Фірма «ІНКОС», 2005. – С. 274-298.

10. Зайчикова Т.В. Технології практичної психології щодо подолання професійного вигорання майбутніх фахівців системи «людина-людина» // Практична психологія в системі вищої освіти: теорія, результати досліджень, технології: колективна монографія / За редакцією проф. Н.І. Пов'якель // Авт. кол. кафедри практичної психології та психотерапії: Н. І. Пов'якель, П. В. Лушин, Т. В. Бушуєва, Т. В. Зайчикова та ін. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. – С. 313–324.

11. Золотова Т. Н. Профилактика и коррекция синдрома «Эмоционального выгорания» как один из путей оптимизации педагогической деятельности / Т. Н. Золотова // Коррекционная педагогика. – № 1. – С.50-52 .

12. Иванова Н. Психотерапия профессиональной усталости : [содерж. занятия в помощь снижению и саморегуляции психоэмоц. напряжения у педагогов и воспитателей дошк. образоват. учреждений] / Н. Иванова, Е. Голубева // ОБРУЧ : образование, ребенок, ученик – 2008. – N 2. – С. 14-16.
13. Иванова Е. М. Основы психологического изучения профессиональной деятельности / Е. М. Иванова. – М. : Изд-во МГУ, 1981. – 207 с.
14. Коваленко, И. Профессиональное «сгорание» / И. Коваленко // Социальное обеспечение. – 2005. – N 8. – С. 16 ; 2006. – № 1. – С. 7.
15. Лазарев С. Надо ли «гореть» на работе / С. Лазарев // Охрана труда и социальное страхование. – 2005. – N 2. – С. 68-71.
16. Мандель Б. Р. Психология стресса : учебное пособие / Б. Р. Мандель. – М. : Флинта, 2014. – 253 с.
17. Мірошніченко О.А. Профілактика синдрому «професійного вигорання» у працюючих в екстремальних умовах: Навчально-методичний посібник. / Олена Анатоліївна Мірошніченко. – Житомир : Вид- во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. – 156 с.
18. Не удивляйтесь, синдром выгорания // Служба кадров и персонал. – 2005. – N 7. – С. 38-42.
19. Ожегова Е. Г. Типологические особенности педагогов с различным уровнем выраженности синдрома «психического выгорания» / Е. Г. Ожегова // Инновации в образовании. – 2009. – N 3. – С. 43-47.
20. Орел В. Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования / В. Е. Орел // Психологический журнал. – 2001. – N 1. – С. 90-101.
21. Орленко, С. Феномен профессионального выгорания учителей / С. Орленко // Здоровье детей : метод. газ. для учителей. – 2008. – 1-15 сент. (N 17). – С. 24-25.
22. Осухова Н. Профилактика профессионального выгорания: практико-ориентированный семинар / Н. Осухова, В. Кожевникова // Школьный психолог. – 2006. – №16. – С.17-32.
23. Полунина О. В. Увлеченность работой и профессиональное выгорание: особенности взаимосвязей / О. В. Полунина // Психологический журнал. – 2009. – N 1. – С. 73-85.
24. Профілактика професійного вигорання працівників соціальної сфери : методичні рекомендації /За загальною редакцією кандидата медичних наук М.Л.Авраменка – Всеукраїнський центр професійної реабілітації інвалідів – Л.: 2008. – 53 с.
25. Пряжников Н. С. Стратегии преодоления синдрома «эмоционального выгорания» в работе педагога / Н. С. Пряжников, Е. Г. Ожегова // Психологическая наука и образование. – 2008. – N 2. – С. 87-95.
26. Рогинская Т. И. Синдром выгорания в социальных профессиях / Т. И. Рогинская // Психологический журнал. – 2002. – N 3. – С. 85-95.
27. Рябова Т. В. Феномен эмоционального выгорания / Т. В. Рябова // Экология и жизнь. – 2008. – N 10. – С. 78-81.
28. Сидоров П. И. Синдром «эмоционального выгорания» у лиц коммуникативных профессий / П. И. Сидоров, А. Г. Соловьев, И. А. Новикова // Гигиена и санитария. – 2008. – N 3. – С. 29-33.
29. Суксова В. Как учителю не сгореть на работе : что нужно знать, чтобы побороть усталость и стресс / В. Суксова // Первое сентября. – 2008. – 12 апр. (N 7). – С. 12.
30. Темиров Т. В. Психическое выгорание как деструктивный механизм деятельности педагогов / Темиров Т. В. // Мир психологии. – 2008. – N 4. – С. 54-64.
31. Управление стрессом и профилактика выгорания // Служба кадров и персонал. – 2005. – N 8. – С. 44-46.
32. Филина С. «О синдроме профессионального выгорания» и технике безопасности в работе педагогов и других специалистов социальной сферы / С. Филина // Школьный психолог. – 2003. – № 36. – С. 18-19.

33. Фомина А. Как не сгореть на работе?: синдром эмоционального выгорания у учителей / А. Фомина // Классное руководство и воспитание школьников : метод. газ. для кл. рук. – 2008. – 1-15 авг. (N 15). – С. 6-10.

34. Хэнел Т. Депрессия, или Жизнь с дамой в чёрном / Томас Хэнел ; пер. с нем. Т. Смолянская. – СПб. : Питер, 2009. – 208 с.

35. Шульц Д. Психология и работа / Дуан Шульц, Сидни Шульц. – СПб.: Питер, 2003. – 562 с.

36. Юрикова А. А. Исследование выраженности синдрома эмоционального выгорания психологов-практиков с различным стажем профессиональной деятельности / А. А. Юрикова // Психотерапия. – 2005. – N 1. – С. 39-40.

37. Янковская Н. Эмоциональное выгорание учителя / Н. Янковская // Народное образование. – 2009. – N 2. – С. 127-137.

Інформаційні ресурси

1. nbuv.gov.ua
2. ru.osvita.ua
3. kymu.edu.ua