

## АННОТАЦИЯ

дисциплины «Тренинг предупреждения профессионального выгорания педагога»

**Объем трудоемкости:** 2 зачетные единицы (72 часа, из них – 16 часа аудиторной нагрузки: лекционных 2 ч., практических 14 ч.; 52 часов самостоятельной работы)

### Цель дисциплины:

ознакомление студентов магистратуры с теоретическими вопросами проявления синдрома профессионального выгорания и практикой его профилактики, организацией тренинга предупреждения профессионального выгорания педагога в процессе образовательной деятельности.

### Задачи дисциплины:

1. Формирование у студентов научно обоснованных, целостных представлений о синдроме профессионального выгорания педагога.
2. Развитие у студентов способности ориентироваться в причинах возникновения, симптоматике, методах профилактики профессионального выгорания педагога.
3. Ознакомление студентов с содержанием и организацией тренинга по предупреждению синдрома профессионального выгорания педагога.

### Место дисциплины в структуре ООП ВО

Изучение этой дисциплины должно осуществляться параллельно с освоением таких дисциплин, как «Психология высшей школы», «Тренинг профессиональной коммуникации», в результате изучения которых студент должен быть ознакомлен с концепциями профессионального становления педагога, основами профилактики негативного эмоционального состояния, методами и приемами формирования профессиональной педагогической коммуникации.

Дисциплина имеет тесные связи с таким учебным предметом, как «Формирование психологически комфортной и безопасной образовательной среды».

### Требования к уровню освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-2, ПК-6

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ОК-2	Готовность действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения	- теоретические основания и современные методики, технологии проведения тренингов предупреждения профессионального выгорания педагога; - основные приемы и методы организации и проведения тренингов; - прикладные аспекты теории	- систематизировать, обобщать и распространять методический опыт проведения тренингов предупреждения профессионального выгорания педагога; - разрабатывать программу подготовки специалистов к проведению тренингов предупреждения профессионального выгорания педагога; - определять условия организации командной работы в образовательном	- организации и проведения тренингов предупреждения профессионального выгорания педагога; - организации междисциплинарного взаимодействия специалистов для решения задач разработки, организации и проведения тренингов; - оказания психологического содействие оптимизации педагогического процесса;

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
			стресса, стрессоустойчивости, психологии и педагогики общения.	учреждении по проведению тренингов предупреждения профессионального выгорания педагога.	- - применения психолого-педагогических знаний в процессе подготовки и проведения тренинга предупреждения профессионального выгорания педагога;
2.	ПК-6	Готовность использовать индивидуальные креативные способности для самостоятельного решения исследовательских задач	Особенности развития креативных способностей для решения исследовательских задач	Использовать индивидуальные креативные способности для решения исследовательских задач	Способами использования индивидуальных креативных способностей для решения исследовательских задач

### Основные разделы дисциплины:

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Самостоятельная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Сущность синдрома эмоционального выгорания.	6	2			4
2.	Способы саморегуляции эмоционального состояния.	7		2		5
3.	Педагогические конфликты и их стрессогенный потенциал.	6		2		4
4.	Формирование способов конструктивного разрешения конфликтов.	4				4
5.	Феномен эмоциональной устойчивости педагога.	6		2		4
6.	Стресс, тревога и тревожность в профессиональной деятельности педагога.	5				5
7.	Синдром хронической усталости как следствие стресса в деятельности и педагога.	6		2		4

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Самостоятель-ная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
8.	Способы снятия нервно-психического напряжения, поведение в стрессовой ситуации.	6		2		4
9.	Упражнения на педагогически целесообразное переживание.	4				4
10.	Техника релаксации как профилактика профессионального выгорания.	7		2		5
11.	Стратегии стресс-менеджмента.	5				5
12.	Достижение эмоционального благополучия педагога в процессе профессиональной деятельности.	6		2		4
13.	Контроль	4				
14.	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	<b>-</b>	<b>52</b>

**Контактная работа-24,2 ч.**

**Курсовые работы:** *не предусмотрены*

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** *зачет*

**Основная литература:**

1. Профессиональная деятельность и здоровье педагога [Текст] : монография / С. Г. Ахмерова. - 2-е изд., стер. - М. : Арсенал образования , 2011. - 160 с. : ил. - Библиогр.: с. 156-159. - ISBN 9785913830623 : 160.00.