

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ФОНД «ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
**Президент Образовательного**  
**учреждения Фонд**  
**«Педагогический университет**  
**“Первое сентября”»**

  
Соловьев А.С.



**Программа дополнительного образования**

**Эмоциональное выгорание педагога: кто виноват и что делать**

**Автор:**  
кандидат педагогических наук  
Корнев Алексей Александрович

**Москва**  
**2019**

## Раздел 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

**1.1. Цель реализации программы:** совершенствование профессиональных компетенций педагогов в области профилактики эмоционального выгорания педагогов.

### 1.2. Совершенствуемые компетенции.

Модуль «Эмоциональное выгорание педагога: кто виноват и что делать» направлен на формирование следующих компетенций:

*общекультурные компетенции (ОК):* способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-6);

*общепрофессиональные компетенции (ОПК):* способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности (ПК-7).

В результате изучения модуля обучающиеся должны: **знать:** современные подходы к профилактике эмоционального выгорания; **уметь:** оказывать психологическую поддержку участникам образовательного процесса и осуществлять профилактику эмоционального выгорания.

**Категория обучающихся:** педагоги (начального, основного и среднего общего образования).

**Форма обучения:** дистанционная с применением информационных технологий.

**Срок освоения программы:** 6 ч.

**Режим занятий** – 6 ч. в неделю.

**Форма контроля:** онлайн тестирование.

## Раздел 2. Содержание программы.

### 2.1. Учебно-тематический план программы направления дополнительного образования

№	Наименование тем	Всего (час.)	Виды учебных работ		Формы контроля
			Лекции	Интерактивные занятия	
Тема 1	Эмоциональное выгорание педагога: кто виноват и что делать	5	2	3	Онлайн тестирование
	<b>Итоговый контроль</b>	<b>1</b>			<b>Зачет</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>6</b>			

### 2.2. Учебная программа

Темы	Содержание	Виды учебных работ
Тема 1. Эмоциональное выгорание педагога: кто виноват и что делать	В лекции рассматриваются следующие вопросы. Что такое эмоциональное выгорание: основные	Лекция, 2 ч. Практические занятия, 3 ч.

	<p>причины и признаки. Подходы к диагностике профессионального выгорания. Специфика профессионального выгорания педагогов. Эффективные способы профилактики профессионального выгорания педагогов. Как определить симптомы эмоционального выгорания; какие факторы могут влиять на эмоциональное выгорание педагога; какие шаги можно предпринять для того, чтобы предотвратить выгорание или минимизировать его воздействие на здоровье и психику.</p>	
--	---	--

### Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

В процессе обучения осуществляется промежуточный и итоговой контроль. Промежуточный контроль включает в себя выполнение заданий после изучения лекции.

Вопросы и задания предназначены для промежуточной аттестации слушателей и направлены на проверку знаний и практических навыков, сформированных у слушателей в результате освоения учебного материала.

Итоговая аттестация осуществляется в форме *онлайн-тестирования*.

Итоговая аттестация работа направлена на обобщение материала и выявление уровня усвоения знаний и навыков по всему курсу.

Результаты контроля успеваемости обучающихся по программе определяются оценками: «зачтено», «не зачтено».

Оценка	Показатель верно решенных контрольных заданий
Зачтено	Более 70%
Не зачтено	Менее 69%

### Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы.

#### 4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса

1. Барышева А. Как справиться с раздражением. [Интернет-ресурс <http://elitarium.ru>]
2. Бойко В.В. Синдром эмоционального «выгорания» в профессиональном общении. — СПб., 1999.
3. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. — СПб., 2004.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? — М., 2008.
5. Горянина В.А. Психология общения. — М.: Академия, 2002.
6. рабе М. Синдром выгорания — болезнь нашего времени. — СПб., 2008.
7. Маслач К. Профессиональное выгорание: как люди справляются. 1978. Электронный ресурс <http://www.ucheba.ru/referats/4504.html>
8. Самоукина Н.В. Карьера без стресса. — СПб., 2003.
9. Семенова Е.М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога. — М., 2006.

#### 4.2. Материально-технические условия реализации программы.

- техническое обеспечение: ПК, локальная сеть, выход в Интернет;
- программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows 7, пакет программ Microsoft Office 2010, браузер Google Chrome или Mozilla Firefox.

Программа утверждена на заседании Педагогического Совета ОУ «Педагогический университет «Первое сентября»

Программа утверждена на заседании Педагогического совета Фонда «Первое сентября»

От «15» января 2019 г., протокол № 1.

Президент Образовательного  
учреждения Фонда  
«Педагогический университет  
«Первое сентября»»



A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'A.S. Solovaychik', is written over a horizontal line.

Соловейчик А.С.