

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор института психологии и  
педагогики

/Меренкова В.С./



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.01.ДВ.01.02 ПСИХОПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДЕФОРМАЦИЙ ЛИЧНОСТИ

**Направление подготовки:** 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

**Направленность (профиль):** Психолого-педагогическое сопровождение в цифровой школе

**Квалификация (степень):** бакалавр

**Форма обучения:** очная, очно-заочная

**Институт:** психологии и педагогики

**Кафедра:** психологии и психофизиологии

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	3	3-4	
Семестр/триместр	5	9,10	

Лекции	32	8	
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	32	10	
Консультации		2	
в т. ч. практическая подготовка			
Форма(ы) промежуточной аттестации	Зачет с оценкой	Зачет с оценкой	
Контроль			
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	44	90	

**Всего часов 108**

**Трудоемкость: 3 зачетных единицы.**

Разработчик(и) рабочей программы:

кандидат психологических наук, доцент

Т.П. Будякова

# І. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

## Цели изучения дисциплины:

1. Подготовка обучающихся к сложным условиям педагогической профессии.
2. Освоение вариантов психологических состояний при реализации педагогической деятельности.

## Задачи изучения дисциплины:

1. Знакомство с вариантами сложных эмоциональных переживаний в процессе осуществления педагогической деятельности.
2. Овладение средствами профилактики сложных эмоциональных состояний, являющихся результатом педагогического труда.

**Место дисциплины в структуре ОПОП:** реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1

## Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения компетенций:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<b>ПКС-1</b> Способен осуществлять психолого-педагогическое сопровождение реализации основных общеобразовательных программ	Знать: - основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения психолого-педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач; - современные психолого-педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, в том числе в условиях цифровизации образования; - методы и технологии поликультурного, дифференцированного и развивающего обучения.	Знает: - способы регулирования эмоциональных состояний при реализации педагогической деятельности
	Уметь: - применять современные психолого-педагогические технологии с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, включая	Умеет: - применять средства профилактики и регулирования эмоциональных состояний при реализации педагогической деятельности

	<p>информационные, а также цифровые образовательные ресурсы.</p> <p>- Организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую</p>	
	<p>Владеть:</p> <p>- современными образовательными технологиями включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы;</p> <p>- методами контроля, оценки и коррекции результатов обучения и развития обучающихся.</p>	<p>Владеет:</p> <p>- приемами предупреждения эмоциональных состояний при реализации педагогической деятельности</p>

**II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)**  
**и на самостоятельную работу обучающихся**

**Очная форма обучения**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам.раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
1.	Тема 1.Требования к современному педагогу в профессиональных и образовательных стандартах.	16	4	4		8
2.	Тема 2. Понятие эмоционального выгорания. Признаки синдрома эмоционального выгорания.	16	4	4		8
3.	Тема 3.Уровни и стадии профессионального выгорания.	20	6	6		8
4.	Тема 4.Понятие профессиональной деформации личности. Профессиональная деформация в разных	20	6	6		8

	профессиях.					
5.	Тема 5. Уровни профессиональной деформации педагогов.	20	6	6		8
6.	Тема 6. Психопрофилактика профессиональных деформаций личности.	16	6	6		4
7.	Зачет с оценкой					
	в т.ч. практическая подготовка	2				
	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>32</b>	<b>32</b>		<b>44</b>

### Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам.раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
1.	Тема 1.Требования к современному педагогу в профессиональных и образовательных стандартах .	24	2	2		20
2.	Тема 2. Понятие эмоционального выгорания. Признаки синдрома эмоционального выгорания.	24	2	2		20
3.	Тема 3.Уровни и стадии профессионального выгорания.	22	1	1		20
4.	Тема 4.Понятие профессиональной деформации личности. Профессиональная деформация в разных профессиях.	12	1	1		10
5.	Тема 5. Уровни профессиональной деформации педагогов.	14	2	2		10
6.	Тема 6. Психопрофилактика профессиональных деформаций личности.	12		2		10
7.	Зачет с оценкой					
	в т.ч. практическая подготовка	2				
	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>8</b>	<b>10</b>		<b>90</b>

### **III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы.

#### **Типовой вариант контрольной работы (в виде вопросов)**

##### **Вариант 1.**

1. Понятие синдрома эмоционального выгорания, его основные признаки.
2. Уровни и стадии профессионального выгорания.

#### **Вопросы к зачету с оценкой (5 семестр, очная форма обучения)**

1. Требования к современному педагогу в профессиональных и образовательных стандартах.
2. Понятие эмоционального выгорания.
3. Признаки синдрома эмоционального выгорания.
4. Актуальность проблемы эмоционального выгорания для цифровой школы.
5. Уровни и стадии профессионального выгорания
6. Стресс и выгорание: соотношение понятий.
7. Синдром хронической усталости и его профилактика.
8. Особенности психологического выгорания у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ.
9. Профилактика эмоционального выгорания.
10. Самопрофилактика эмоционального выгорания.
11. Теории эмоционального выгорания.
12. Понятие профессиональной деформации личности.
13. Профессиональная деформация в разных профессиях.
14. Уровни профессиональной деформации педагогов.
15. Психопрофилактика профессиональных деформаций личности.
16. Психологическая помощь при профессиональных деформациях.

### **IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **4.1. Основная литература**

1. Болдырева Т. А., ОБЩИЕ ТЕОРИИ ДЕФОРМАЦИЙ ЛИЧНОСТИ: ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ДЕФОРМАЦИИ: УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ. Оренбург, 2017. [Электронный ресурс]. URL: [https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=481748](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=481748). Дата обращения: 20.07.2021.

2. Неретина Т. Г. ПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ПЕДАГОГОВ: УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ. Москва, Берлин: Директ-Медиа, 2021. [Электронный ресурс]. URL: [https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=602398](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=602398). Дата обращения: 20.07.2021.

## V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	<b>Инфоурок:</b> образовательный интернет-проект России. Включает: конспекты уроков, презентации, тесты, видеоуроки и другие материалы по предметам школьной программы.	Свободный доступ
2.	<a href="http://edu.ru/">http://edu.ru/</a>	<b>Российское образование: Федеральный портал.</b> Включает ссылки на порталы и сайты образовательных учреждений; государственные образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ.	Свободный доступ
3.	<a href="https://vsetesti.ru/">https://vsetesti.ru/</a>	Профессиональные психологические тесты	Свободный доступ

## VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	<a href="http://www.garant.ru">www.garant.ru</a>	Информационно-правовой портал	Свободный доступ
3.	<a href="http://www.elibrary.ru">www.elibrary.ru</a>	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ
4.	<a href="http://www.consultant.ru">www.consultant.ru</a>	Российская компьютерная справочно-правовая система	Свободный доступ
5.	<a href="http://www.psychology.net.ru/">www.psychology.net.ru/</a>	Мир психологии	Свободный доступ

## **VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБодно РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Организация обеспечена достаточным комплектом лицензионного программного обеспечения: MicrosoftWindowsXPProfessional; MicrosoftWindows 7 Professional; MicrosoftWindows 8 Professional; MicrosoftWindowsServer 2008 Std/Ent; MicrosoftWindowsServer 2012R2 Standard (операционные системы для ПК; серверные операционные системы). Академические лицензии OLP (Open License). Срок действия лицензии: бессрочно.

MicrosoftOfficeProfessionalPlus 2010, MicrosoftOfficeProfessionalPlus 2013 (пакет офисных приложений). Академические лицензии OLP (Open License). Срок действия лицензии: бессрочно.

Антивирусное ПО KasperskyEndpointSecurity 10. Коммерческая лицензия для 300 компьютеров.

## **VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.