



Силабус навчальної дисципліни

«ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ»

Освітньо-професійної програми «Практична психологія»

Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»

Спеціальність: 053 «Психологія»

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Статус дисципліни	Навчальна дисципліна вибіркового компонента із фахового переліку
Курс	4 (четвертий)
Семестр	7 (сьомий)
Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС/години	4 кредити /120 годин
Мова викладання	українська
Що буде вивчатися (предмет вивчення)	Ознаки і причини стресу в повсякденному житті, моделі управління стресом, технології профілактики професійного вигорання та самовідновлення.
Чому це цікаво/треба вивчати (мета)	Курс спрямований на розвиток у студентів навичок з управління напруженням й зменшення кількості стресових ситуацій. Вміння керувати напруженням і зменшувати його у повсякденних ситуаціях є показником ефективної життєдіяльності.
Чому можна навчитися (результати навчання)	– виявлення ознак і причин стресу у побутовому і професійному житті людини; – вивчення стадій та моделей управління стресом в реальному житті; – визначення понять «професійне вигорання», діагностичні індуктори та причини вигорання; – вивчення технології «самовідновлення» та само менеджменту в професійній діяльності
Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)	Знання особливостей профілактики професійного вигорання є важливим фактором розвитку професійної компетентності педагога. Задачею вивчення навчальної дисципліни є оволодіння теоретичними та практичними знаннями про збереження психічного здоров'я людини в процесі професійної діяльності.
Навчальна логістика	Зміст дисципліни: Поняття стресу. Ознаки та причини стресу. Наслідки стресу, фізіологічні реакції на стрес. Стадії управління стресом. Техніки роботи з подолання стресу. Психологічні особливості синдрому «професійного вигорання». Соціально-психологічна профілактика професійно обумовлених деструкцій. Психологічне консультування в умовах розвитку професійно обумовлених деструкцій. Групова та індивідуальна технології профілактики й подолання професійного стресу та синдрому «професійного вигорання». Технології самоменеджменту та їх роль у профілактиці професійного вигорання. Види занять: лекції, практичні заняття Методи навчання: робота в малих групах, семінар-дискусія, мозкова атака, презентація, рольова гра, методи активної взаємодії Форми навчання: денна, заочна
Пререквізити	Знання з загальної психології, практикуму з групової психокорекції, психосоматики, основ психологічного консультування

Пореквізити	Знання з основ психології професійного вигорання можуть бути використані під час написання кваліфікаційної роботи та професійної діяльності
Інформаційне забезпечення з репозитарію та фонду НТБ НАУ	Науково-технічна бібліотека НАУ: Репозитарій НАУ:
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання
Семестровий контроль, екзаменаційна методика	Залік, тестування
Кафедра	Педагогіки та психології професійної освіти
Факультет	Лінгвістики та соціальних комунікацій
Викладач(і)	ДАЦУН ОЛЕНА ВІКТОРІВНА Посада: старший викладач Вчений ступінь: - Профайл викладача: equals">https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/9106/simple-search?filterquery=%D0%94%D0%B0%D1%86%D1%83%D0%BD%2C+%D0%9E%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B0+%D0%92%D1%96%D0%BA%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%96%D0%B2%D0%BD%D0%B0&filtername=author&filtertype>equals Тел.: 0444067540 E-mail: ldatsun@nau.edu.ua Робоче місце: 8.706
Оригінальність навчальної дисципліни	Авторський курс
Лінк на дисципліну	