

Назва дисципліни	<i>Профілактика та подолання професійного та емоційного вигорання</i>
Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна	Факультет педагогічної освіти Кафедра початкової та дошкільної освіти
Галузь знань, шифр та назва спеціальності	01 Освіта / Педагогіка 012 Дошкільна освіта
Викладач дисципліни	проф. Мачинська Н.І.
Інформація про дисципліну	Дисципліна «Профілактика та подолання професійного та емоційного вигорання» є вибірковою для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 012 Дошкільна освіта, яка викладається в II семестрі в обсязі 90 годин / 3 кредитів ECTS.
Мета та завдання дисципліни	Метою та завданнями вивчення навчальної дисципліни «Профілактика та подолання професійного та емоційного вигорання» є вивчення особливостей сутності стресу та основних підходів його дослідження; розуміння особливостей синдрому «професійне вигорання», «емоційне вигорання»; вивчення технологій профілактики та подолання професійного стресу у фахівців педагогічної освіти.
Література для вивчення дисципліни	<p><i>Основна література:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Зайчикова Т. Діагностика та профілактика синдрому професійного вигорання у вчителів: Методичні рекомендації. Київ – Рівне, 2003. 24с. 2. Знакова Т., Огнев А. Професійне «вигорання» керівників. Управління персоналом. 2003. 3. Колтунович Т. Як не згоріти в полум'ї професії: корекційна програма для вихователів дошкільних навчальних закладів. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2012. 200 с. 4. Колтунович Т. Як не згоріти в полум'ї професії : теорія, діагностика, корекція: навчально-методичний посібник. 2-ге вид., перероб. і доп. Чернівці: Видавничий дім «РОДОВІД», 2016. 164 с. 5. Профілактика професійного вигорання працівників соціальної сфери: методичні рекомендації / за заг. ред. М. Авраменка. Всеукраїнський центр професійної реабілітації інвалідів. Л., 2008. 53 с. 6. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти. / За ред. С.Максименка, Л.Карамушки, Т.Зайчикової. К., 2006. 365 с. <p><i>Допоміжна література</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Винник В. 100 порад: як отримати задоволення від роботи і уникнути емоційного вигорання. К.: Літера ЛТД, 2010. 174 с. 2. Вільхова О., Манжелій Н. Профілактика та методи подолання професійного вигорання у вихователів ЗДО. <i>Педагогічні науки</i>. 2021. № 78. С. 43-48. 3. Журавель Т. Запобігання професійному вигоранню фахівців соціальної сфери: тренінгове заняття. <i>Соціальний педагог</i>. Спецвипуск. 2014. №10 (94). С. 35–46. 4. Жогно Ю. Психологічні особливості емоційного вигорання педагогів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Одеса, 2009. 249 с. 5. Карамушка Л. Психологія управління закладами середньої освіти. К.: Ніка-Центр, 2000. 332 с. 6. Мірошниченко О. Профілактика синдрому професійного вигорання у працюючих в екстремальних умовах. Навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 156 с. 7. Москалець В., Колтунович Т. Психічне вигорання – реальність чи вигадка? <i>Практична психологія та соціальна робота</i>. 2012. №1 (154). С. 58-65.

	<p>8. Рожко-Павлишин Т. Попередження появи професійних деформацій у майбутніх педагогів закладів дошкільної освіти. <i>Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Сер. Педагогіка</i>. 2022. № 1. С. 80-87.</p> <p>9. Титаренко Т. Кризь статево-вікові обмеження / Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. К.: Либідь, 2003. С. 113-139.</p> <p>10. Юдіна Н. Схильність до емоційного вигорання вихователів закладів дошкільної освіти із різним стажем роботи. <i>Психологія і особистість</i>. 2021. № 1 (19). С. 227-237.</p>
Обсяг навчальної дисципліни	<p>для денної форми навчання: 12 годин лекцій, 12 годин семінарських занять та 66 години самостійної роботи;</p> <p>для заочної форми навчання: 8 годин лекцій, 6 годин семінарських занять та 76 годин самостійної роботи</p>
Очікувані результати навчання	<p>Після опанування цієї навчальної дисципліни студент буде:</p> <p><i>знати:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основні поняття дисципліни, етапи становлення концепції професійного вигорання та сучасні вітчизняні та зарубіжні дослідження у цій галузі; основні підходи до вивчення професійного вигорання у діяльності педагога; • причини виникнення професійного вигорання, його вплив на поведінку, професійну діяльність, психічне здоров'я фахівця; • конкретні форми та симптомокомплекси прояву основних видів станів зниженої працездатності, стресу, професійного вигорання; • механізми виникнення і розвитку професійного вигорання у фахівців освіти; • основні завдання та складові психогігієни праці фахівця освіти; • методи діагностики, профілактики та корекції професійного вигорання, спрямовані на оптимізацію функціональних станів, зокрема професійного вигорання;. <p><i>Вміти:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • здійснювати психодіагностику професійного вигорання та порушень, що супроводжують цей синдром; • розрізняти типові психічні стани; • здійснювати самопрофілактику професійного вигорання; • надавати ефективну психолого-педагогічну допомогу, пов'язану з психопрофілактикою та корекцією професійного вигорання фахівців освіти; • вміти застосовувати на практиці методики для діагностики особливостей професійного стресу в організаціях, методики для діагностики синдрому «професійного вигорання» працівників освіти, методики для діагностики детермінант професійного стресу та синдрому «професійного вигорання» в освітніх інституціях.
Зміст навчальної дисципліни	<p>Програма навчальної дисципліни містить такі теми:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Становлення та розвиток концепції професійного вигорання педагогів. 2. Поняття професійного вигорання та емоційного виснаження педагогів 3. Концептуальні моделі професійного вигорання. 4. Стрес – основна причина формування ознак емоційного виснаження педагогів; характеристика професійних стресорів. 5. Компоненти та чинники професійного вигорання (особистісні, статусно-рольові, корпоративні). 6. Методичні рекомендації щодо подолання педагогічними

	працівниками синдрому «професійного вигорання».
Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання	Методи навчання: поєднання традиційних та інтерактивних методів навчання з використанням інноваційних технологій; словесні методи: лекція (проблемна, лекція з розгляду конкретних ситуацій, лекція-консультація); пояснювально-ілюстративні, репродуктивні, бесіда, семінар, диспут, дискусія; наочні методи: спостереження, демонстрація; практичні методи: обробка довідкової інформації, тезування, рецензування, аналіз подій, самостійна робота (робота із друкованими та електронними інформаційними ресурсами, виконання завдань: конспектування, анотування, написання наукових тез); відеометод: дистанційні, мультимедійні. Види роботи здобувачів: виступ-презентації.
Підсумковий контроль, форма	Залік як сума балів за виконані впродовж семестру навчальні завдання.
Пререквізити (вимоги до початку вивчення)	Знання про вікові та психологічні особливості педагогічних працівників, нормативно-правові вимоги до особи педагога дошкільної освіти.