

<b>Назва дисципліни</b>	<i>Профілактика та подолання професійного та емоційного вигорання</i>
<b>Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна</b>	Факультет педагогічної освіти Кафедра початкової та дошкільної освіти
<b>Галузь знань, шифр та назва спеціальності</b>	01 Освіта / Педагогіка 012 Дошкільна освіта
<b>Викладач дисципліни</b>	проф. Мачинська Н.І.
<b>Інформація про дисципліну</b>	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.
<b>Мета та завдання дисципліни</b>	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.
<b>Література для вивчення дисципліни</b>	<p><i>Основна література:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Зайчикова Т. Діагностика та профілактика синдрому професійного вигорання у вчителів: Методичні рекомендації. Київ – Рівне, 2003. 24с.</li> <li>2. Знакова Т., Огнев А. Професійне «вигорання» керівників. Управління персоналом. 2003.</li> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>5. Профілактика професійного вигорання працівників соціальної сфери: методичні рекомендації / за заг. ред. М. Авраменка. Всеукраїнський центр професійної реабілітації інвалідів. Л., 2008. 53 с.</li> <li>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.</li> </ol> <p><i>Допоміжна література</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Винник В. 100 порад: як отримати задоволення від роботи і уникнути емоційного вигорання. К.: Літера ЛТД, 2010. 174 с.</li> <li>2. Вільхова О., Манжелій Н. Профілактика та методи подолання професійного вигорання у вихователів ЗДО. <i>Педагогічні науки</i>. 2021. № 78. С. 43-48.</li> <li>3. Журавель Т. Запобігання професійному вигоранню фахівців соціальної сфери: тренінгове заняття. <i>Соціальний педагог</i>. Спецвипуск. 2014. №10 (94). С. 35–46.</li> <li>4. Жогно Ю. Психологічні особливості емоційного вигорання педагогів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Одеса, 2009. 249 с.</li> <li>5. Карамушка Л. Психологія управління закладами середньої освіти. К.: Ніка-Центр, 2000. 332 с.</li> <li>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.</li> <li>7. Москалець В., Колтунович Т. Психічне вигорання – реальність чи вигадка? <i>Практична психологія та соціальна робота</i>. 2012. №1 (154). С. 58-65.</li> </ol>

	<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>
<p><b>Обсяг навчальної дисципліни</b></p>	<p>для денної форми навчання: 12 годин лекцій, 12 годин семінарських занять та 66 години самостійної роботи; для заочної форми навчання: 8 годин лекцій, 6 годин семінарських занять та 76 годин самостійної роботи</p>
<p><b>Очікувані результати навчання</b></p>	<p>Після опанування цієї навчальної дисципліни студент буде:</p> <p><i>знати:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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;</li> <li>• причини виникнення професійного вигорання, його вплив на поведінку, професійну діяльність, психічне здоров'я фахівця;</li> <li>• конкретні форми та симптомокомплекси прояву основних видів станів зниженої працездатності, стресу, професійного вигорання;</li> <li>• механізми виникнення і розвитку професійного вигорання у фахівців освіти;</li> <li>• основні завдання та складові психогієни праці фахівця освіти;</li> <li>• методи діагностики, профілактики та корекції професійного вигорання, спрямовані на оптимізацію функціональних станів, зокрема професійного вигорання;.</li> </ul> <p><i>Вміти:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• здійснювати психодіагностику професійного вигорання та порушень, що супроводжують цей синдром;</li> <li>• розрізняти типові психічні стани;</li> <li>• здійснювати самопрофілактику професійного вигорання;</li> <li>• надавати ефективну психолого-педагогічну допомогу, пов'язану з психопрофілактикою та корекцією професійного вигорання фахівців освіти;</li> <li>• 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.</li> </ul>
<p><b>Зміст навчальної дисципліни</b></p>	<p>Програма навчальної дисципліни містить такі теми:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Становлення та розвиток концепції професійного вигорання педагогів.</li> <li>2. Поняття професійного вигорання та емоційного виснаження педагогів</li> <li>3. Концептуальні моделі професійного вигорання.</li> <li>4. Стрес – основна причина формування ознак емоційного виснаження педагогів; характеристика професійних стресорів.</li> <li>5. Компоненти та чинники професійного вигорання (особистісні, статусно-рольові, корпоративні).</li> <li>6. Методичні рекомендації щодо подолання педагогічними</li> </ol>

	працівниками синдрому «професійного вигорання».
<b>Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання</b>	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.
<b>Підсумковий контроль, форма</b>	Залік як сума балів за виконані впродовж семестру навчальні завдання.
<b>Пререквізити</b> (вимоги до початку вивчення)	Знання про вікові та психологічні особливості педагогічних працівників, нормативно-правові вимоги до особи педагога дошкільної освіти.