

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ**  
**УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева**

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА**  
**ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ**

Направление подготовки:  
37.03.01 Психология

направленность (профиль) образовательной программы  
Социальная психология

Квалификация (степень) выпускника  
БАКАЛАВР

Красноярск 2022

Рабочая программа дисциплины «Профилактика синдрома профессионального выгорания» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры психологии Т.Ю.Тодышевой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры социальной психологии

протокол № 6 от «17» мая 2017 г.

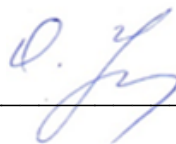
Заведующий кафедрой О.В. Груздева



Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) ИППО

«17» мая 2017 г. Протокол № 4

Председатель НМСС (Н) О.В. Груздева



Рабочая программа дисциплины «Профилактика синдрома профессионального выгорания» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры психологии Т.Ю.Тодышевой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры социальной психологии, то  
протокол № 6 от «17» мая 2018 г.  
Заведующий кафедрой О.В. Груздева \_\_\_\_\_

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) ИППО  
«11» июня 2018 г. Протокол № 5

Председатель НМСС (Н) М.А. Кухар \_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры-разработчика: кафедры психологии  
протокол № 4 от «04» мая 2022 г.

Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Рабочая программа дисциплины обсуждена и одобрена на заседании выпускающей кафедры психологии  
протокол № 4 от «04» мая 2022 г.

Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование протокол № 5 от «11» мая 2022 г.

Председатель  
Шкерина Т.А.

НМСС(С)

ИППО



## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Рабочая программа дисциплины «Профилактика синдрома профессионального выгорания» разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденным приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 07.08.2014 № 946; Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; профессиональным стандартом Психолог в социальной сфере, утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.11.2013 N 682н; нормативно-правовыми документами, регламентирующими образовательный процесс в КГПУ им. В.П. Астафьева по направленности (профилю) образовательной программы Социальная психология, заочной формы обучения в институте психолого-педагогического образования КГПУ им. В.П. Астафьева с присвоением квалификации бакалавр.

Дисциплина относится к дисциплинам по выбору.

### **1.2. Общая трудоемкость дисциплины - в З.Е., часах и неделях**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц, 180 часов.

Дисциплина, согласно графику учебного процесса, реализуется на 4 курсе в 7 семестре. Форма контроля – зачет с оценкой.

### **1.3. Цель и задачи дисциплины «Профилактика синдрома профессионального выгорания»**

Цель освоения дисциплины состоит в формировании у обучающихся общекультурных и профессиональных компетенций, необходимых для проведения профилактических мероприятий по предупреждению синдрома профессионального выгорания.

#### **Задачи:**

- сформировать знания о синдроме профессионального выгорания;
- дать представление о методах диагностики и профилактики синдрома профессионального выгорания;
- освоить реализацию психологических технологий, ориентированных на профилактику синдрома профессионального выгорания.

#### 1.4. Основные разделы содержания

1. Понятие «профессиональное выгорание».
2. Факторы и стадии развития синдрома профессионального выгорания.
3. Симптомы профессионального выгорания.
4. Методы диагностики синдрома профессионального выгорания.
5. Способы профилактики синдрома профессионального выгорания.

#### 1.5. Планируемые результаты обучения

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ПК-13 - способность к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса;

ПК-14 - способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп.

<b>Задачи освоения дисциплины</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>	<b>Код результата обучения</b>
сформировать знания о синдроме профессионального выгорания	<b>Знать:</b> - определения понятия «профессиональное выгорание»; - основные факторы, условия развития и симптомы профессионального выгорания	ПК-13 ПК – 14
	<b>Уметь:</b> - логически обосновывать наличие синдрома профессионального выгорания	
	<b>Владеть:</b> - способами анализа характеристик синдрома профессионального выгорания	
дать представление о методах диагностики и профилактики	<b>Знать:</b> - методы диагностики и профилактики синдрома профессионального выгорания	ПК-13 ПК – 14

синдрома профессионального выгорания	<b>Уметь:</b> - осуществлять методы диагностики и профилактики синдрома профессионального выгорания	
	<b>Владеть:</b> - методами диагностики и профилактики синдрома профессионального выгорания	
освоить реализацию психологических технологий, ориентированных на профилактику синдрома профессионального выгорания	<b>Знать:</b> - способы создания программ, направленных на профилактику синдрома профессионального выгорания	ПК-13 ПК – 14
	<b>Уметь:</b> - осуществлять реализацию психологических технологий, ориентированных на профилактику синдрома профессионального выгорания	
	<b>Владеть:</b> - основными способами создания и реализации программ, направленных на профилактику синдрома профессионального выгорания	

## 1.6. Контроль результатов освоения дисциплины

В процессе изучения обучающимися дисциплины используются следующие методы текущего контроля успеваемости: выполнение практических работ, подготовка к семинарам, посещение лекций, подготовка рефератов, устные опросы и т.д. По окончании изучения дисциплины проводится зачет с оценкой.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины (вопросы к зачету с оценкой), критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Профилактика синдрома профессионального выгорания».

При освоении дисциплины «Профилактика синдрома профессионального выгорания» используются интерактивные технологии (дискуссия, проблемный семинар), рейтинговая система оценки учебных достижений обучающихся.

## **1.7. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины**

Современное традиционное обучение. В процессе освоения дисциплины используются разнообразные виды деятельности обучающихся, организационные формы и методы обучения: лекции, практические занятия, самостоятельная, индивидуальная и групповая формы организации учебной деятельности. Освоение дисциплины заканчивается зачетом с оценкой.

## 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДОКУМЕНТЫ

### 2.1. Технологическая карта обучения дисциплине

#### «Профилактика синдрома профессионального выгорания»

для студентов основной профессиональной образовательной программы

Направление подготовки 37.03.01 Психология

направленность (профиль) образовательной программы

Социальная психология

по заочной форме обучения

Наименование разделов, тем	Всего часов	Аудиторных часов				Формы контроля
		всего	лекций	практ.	Внеаудиторных часов	
1. Понятие «профессиональное выгорание»	35	4	2	2	31	Устный опрос Конспектирование статьи (источника) по изучаемой теме
2. Факторы и стадии развития синдрома профессионального выгорания	35	4	2	2	31	Устный опрос Практические задания Реферат
3. Симптомы профессионального выгорания.	34	3	1	2	31	Устный опрос Практические задания Реферат
4. Методы диагностики синдрома профессионального выгорания.	34	3	1	2	31	Устный опрос Практические задания Реферат
5. Способы профилактики синдрома профессионального выгорания.	38	6	2	4	32	Устный опрос Практические задания Реферат
Всего часов	176	20	8	12	156	
<b>Контроль</b>	<b>4</b>					
<b>Зачет с оценкой</b>						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>					



## **2.2. Содержание основных разделов и тем дисциплины**

### ***Тема 1. Понятие «профессиональное выгорание»***

Понятие «профессиональное выгорание» в историческом и современном контексте. Эмоциональное выгорание как основная составляющая «профессионального выгорания». Концепции отечественных и зарубежных психологов, посвященных разработке проблемы профессионального выгорания.

### ***Тема 2. Факторы и стадии развития синдрома профессионального выгорания***

Факторы, детерминирующие формирование синдрома. Стадии развития синдрома профессионального выгорания. Типы личностей, наиболее склонные к синдрому профессионального выгорания. Профессии, наиболее подверженные профессиональному выгоранию. Влияние синдрома профессионального выгорания на личность профессионала.

### ***Тема 3. Симптомы профессионального выгорания***

Физические симптомы профессионального выгорания. Эмоциональные симптомы профессионального выгорания. Поведенческие симптомы профессионального выгорания. Когнитивные симптомы профессионального выгорания. Социальные симптомы профессионального выгорания.

### ***Тема 4. Методы диагностики синдрома профессионального выгорания***

Методика с использованием эмоциональных индикаторов (разработка Е.А. Климова, Г.Ф. Корольковой). Методика МВІ С. Maslash, S.E. Jackson, предназначенная для измерения степени «выгорания» в профессиях типа «человек-человек». Методика диагностики уровня эмоционального выгорания, разработанная В.В. Бойко. Тест на самооценку стрессоустойчивости личности (авторы: Л.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова). Методика «Прогноз». Методика «Уровень невротизации» (Л.И.Вассерман).

### ***Тема 5. Способы профилактики синдрома профессионального выгорания***

Исследование личностных особенностей как способ профилактики синдрома. Способы саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний. техники, снижающие и повышающие эмоциональное напряжение.

Коррекционные здоровьесберегающие технологии: арттерапия, аутотренинг, ароматерапия, сказкотерапия, изотерапия, музыкатерапия, фитотерапия, театротерапия, цветотерапия, игротерапия. Упражнения на снятие напряжения, скованности. Дыхательные упражнения. Релаксация. Приемы визуализации в профилактике синдрома выгорания. Активизирующие техники и методы релаксации. Экзистенциальные установки, способствующие профилактике синдрома профессионального выгорания.

Технологии самопомощи при синдроме профессионального сгорания. Физиологические методы и технологии самопомощи при синдроме профессионального сгорания: режим сна, рациональное питание, физические нагрузки, фитотерапия, массаж, водные процедуры, дыхательные упражнения, ароматерапия.

Эмоционально-волевые методы и технологии самопомощи при синдроме профессионального сгорания: общение с семьей, друзьями, занятия любимыми делами, хобби, проведение свободного времени на природе, с животными, музыкотерапия, библиотерапия и др. Аутогенная тренировка как средство снятия эмоционального напряжения и физической усталости, улучшения самочувствия, повышения работоспособности и творческой активности. Методы и приемы аутогенной тренировки.

**2.3. Методические рекомендации по освоению дисциплины  
«Профилактика синдрома профессионального выгорания»  
для студентов основной профессиональной образовательной программы  
Направление подготовки 37.03.01 Психология  
направленность (профиль) образовательной программы  
Социальная психология  
по заочной форме обучения**

**Работа с теоретическим материалом**

Лекционный материал по дисциплине рекомендуется дополнять данными, полученными при самостоятельном изучении монографий и научных статей, в интернет-источниках. Посещение практических занятий является обязательным для полноценного овладения материалом.

При этом следует помнить, что:

- готовиться к практическим занятиям надо по всем, а не отдельным, предложенным вопросам;
- по каждому обсуждаемому вопросу составлять тезисный план ответа;
- содержание изучаемого теоретического материала представлять в виде таблицы или схемы, что позволит систематизировать полученные знания;
- вести словарь по основным научным терминам и ключевым понятиям, изучаемым в рамках дисциплинарного модуля;
- активно участвовать в обсуждении вопросов семинарского занятия;
- не ограничивать подготовку к семинарским занятиям выполнением только перечня обязательных форм учебных заданий.

Желательно активно включаться в выполнение индивидуальных творческих и учебно-исследовательских работ (написание рефератов, подготовку сообщений по теме реферата и др.).

При изучении учебной дисциплины «Профилактика синдрома профессионального выгорания» рекомендуется использовать материалы Рабочей программы дисциплины (РПД)), разработанной ведущим преподавателем и утвержденной кафедрой и научно-методическим советом направления. Представленные в РПД материалы (планируемые результаты обучения, содержание разделов и тем дисциплины, технологическая карта

рейтинга дисциплины и карта литературного обеспечения дисциплины) помогут организовать процесс качественного освоения компетенций по каждому дисциплинарной теме и дисциплине в целом.

Качественное и глубокое усвоение содержания учебной дисциплины требует изучения материала не только по учебникам и учебным пособиям, но и использование дополнительной литературы:

- систематическое знакомство с новинками психологической литературы (монографии, научные статьи в периодических изданиях: теоретических, научно-методических и практических журналах, таких как «Вопросы психологии», «Психологический журнал», «Вестник МГУ» и др.) на бумажных и электронных носителях;

При подготовке к зачету с оценкой по дисциплине «Профилактика синдрома профессионального выгорания» необходимо повторить весь материал учебной дисциплины, изученный как в процессе аудиторных занятий, так и самостоятельной работы. При этом следует опираться на вопросы, вынесенные преподавателем к зачету с оценкой. Очень важно повторить тезаурус дисциплины. Нельзя оставлять подготовку к итоговому контролю на последний день. Все это будет способствовать успешной сдаче зачета с оценкой.

При выполнении рефератов рекомендуется получить консультацию у преподавателя по выбору интересующей вас проблемы и темы, а также познакомиться с соответствующими методическими указаниями, определяющими требования к содержанию, объему и оформлению реферата. Положительным моментом при осуществлении публичного сообщения по теме реферата является разработка и организация его компьютерной презентации.

### **Основные виды систематизированной записи прочитанного:**

1. Аннотирование – предельно краткое связное описание просмотренной или прочитанной книги (статьи), ее содержания, источников, характера и назначения;

2. Планирование – краткая логическая организация текста, раскрывающая содержание и структуру изучаемого материала;

3. Тезирование – лаконичное воспроизведение основных утверждений автора без привлечения фактического материала;

4. Цитирование – дословное выписывание из текста выдержек, извлечений, наиболее существенно отражающих ту или иную мысль автора;

5. Конспектирование – краткое и последовательное изложение содержания прочитанного.

**Конспект** – сложный способ изложения содержания книги или статьи в логической последовательности. Конспект аккумулирует в себе предыдущие виды записи, позволяет всесторонне охватить содержание книги, статьи.

Поэтому умение составлять план, тезисы, делать выписки и другие записи определяет и технологию составления конспекта.

#### **Методические рекомендации по составлению конспекта:**

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять

поля. Владение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

### **Методика написания рефератов**

По курсу «Профилактика синдрома профессионального выгорания» необходимо написать реферат.

**Целью** написания рефератов является:

- привитие студентам навыков библиографического поиска необходимой литературы (на бумажных носителях, в электронном виде);

- привитие студентам навыков компактного изложения мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу в письменной форме, научно грамотным языком и в хорошем стиле;

- приобретение навыка грамотного оформления ссылок на используемые источники, правильного цитирования авторского текста;

- выявление и развитие у студента интереса к определенной научной и практической проблематике с тем, чтобы исследование ее в дальнейшем продолжалось в подготовке и написании курсовых и дипломной работы и дальнейших научных трудах.

**Реферат** (от лат. *referre* — докладывать, сообщать) — краткое точное изложение сущности какого-либо вопроса, темы на основе одной или нескольких книг, монографий или других первоисточников. Реферат должен содержать основные фактические сведения и выводы по рассматриваемому вопросу. Реферат отвечает на вопрос — что содержится в данной публикации (публикациях). Однако реферат — не механический пересказ работы, а изложение ее сущности.

Помимо реферирования прочитанной литературы, от студента требуется аргументированное изложение собственных мыслей по рассматриваемому вопросу.

Структура реферата:

1. Титульный лист. После титульного листа на отдельной странице следует оглавление (план, содержание), в котором указаны названия всех

разделов (пунктов плана) реферата и номера страниц, указывающие начало этих разделов в тексте реферата.

2. После оглавления следует введение. Объем введения составляет 1,5 - 2 страницы.

3. Основная часть реферата может иметь одну или несколько глав, состоящих из 2-3 параграфов (подпунктов, разделов) и предполагает осмысленное и логичное изложение главных положений и идей, содержащихся в изученной литературе. В тексте обязательны ссылки на первоисточники. В том случае если цитируется или используется чья-либо неординарная мысль, идея, вывод, приводится какой-либо цифрой материал, таблицу - обязательно сделайте ссылку на того автора, у кого вы взяли данный материал.

4. Заключение содержит главные выводы и итоги из текста основной части, в нем отмечается, как выполнены задачи и достигнуты ли цели, сформулированные во введении.

5. Библиография (список литературы) - здесь указывается реально использованная для написания реферата литература. Список составляется согласно правилам библиографического описания.

#### Этапы работы над рефератом

Работу над рефератом можно условно подразделить на два этапа:

1. Подготовительный этап, включающий изучение предмета исследования;

2. Изложение результатов изучения в виде связного текста.

Подготовительный этап включает выбор темы реферата, поиск источников и работу с источниками.

Подготовительная работа над рефератом начинается с выбора темы. Тема в концентрированном виде выражает содержание будущего текста, фиксируя как предмет исследования, так и его ожидаемый результат. Предложенные темы содержат в себе проблему, скрытый вопрос (даже если наука уже давно дала ответ на этот вопрос, студент, только знакомящийся с соответствующей областью знаний, будет вынужден искать ответ заново, что даст толчок к развитию проблемного, исследовательского мышления).

Сформулированная тема зафиксировала предмет изучения; задача студента — найти информацию, относящуюся к данному предмету и разрешить поставленную проблему. Выполнение этой задачи начинается с поиска источников. На этом этапе необходимо обратиться к списку литературы, предлагаемой к каждому модулю, но не ограничиваться им.

Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. Затем вторично, более вдумчиво прочитать текст, выделяя: 1) главное в тексте; 2) основные аргументы; 3) выводы. Особое внимание следует обратить на то, вытекает тезис из аргументов или нет.

Необходимо также проанализировать, какие из утверждений автора носят проблематичный, гипотетический характер и уловить скрытые вопросы. Понятно, что умение таким образом работать с текстом приходит далеко не сразу.

Наилучший способ научиться выделять главное в тексте, улавливать проблематичный характер утверждений, давать оценку авторской позиции — это сравнительное чтение, в ходе которого студент знакомится с различными мнениями по одному и тому же вопросу, сравнивает весомость и доказательность аргументов сторон и делает вывод о наибольшей убедительности той или иной позиции.

Подготовительный этап работы завершается созданием конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Здесь важно вспомнить, что конспекты пишутся на одной стороне листа, с полями и достаточным для исправления и ремарок межстрочным расстоянием (эти правила соблюдаются для удобства редактирования). Если в конспектах приводятся цитаты, то непременно должно быть дано указание на источник (автор, название, выходные данные, № страницы). Для этого в изучаемой работе (книге, монографии) нужно: 1) увидеть логико-смысловую канву сообщения, понять систему изложения автором информации в целом, а также ход развития каждой отдельной мысли; 2) выявить «ключевые» мысли, т.е. основные смысловые вехи, на которые «нанизано» все содержание текста.



По завершении предварительного этапа можно переходить непосредственно к созданию текста реферата.

Изложение результатов изучения в виде связного текста. При создании текста необходимо соблюдать следующие требования.

Текст реферата должен раскрывать тему, обладать связностью и цельностью. Раскрытие темы предполагает, что в тексте реферата излагается относящийся к теме материал и предлагаются пути решения содержащейся в теме проблемы; связность текста предполагает смысловую соотносительность отдельных компонентов, а цельность - смысловую законченность текста.

Изложение материала в тексте должно подчиняться определенному плану, позволяющему контролировать порядок расположения частей текста. Универсальный план научного текста, помимо формулировки темы, предполагает наличие введения, основного текста и заключения.

Во введении аргументируется актуальность исследования, - т.е. выявляется практическое и теоретическое значение данного исследования. Далее констатируется, что сделано в данной области предшественниками; перечисляются положения, которые должны быть обоснованы. Введение может также содержать обзор источников, уточнение исходных понятий и терминов, сведения о методах исследования. Во введении обязательно формулируются цель и задачи реферата. Объем введения - в среднем около 10% от общего объема реферата.

Основная часть реферата раскрывает содержание темы. Она наиболее значительна по объему, наиболее значима и ответственна. В ней обосновываются основные тезисы реферата, приводятся развернутые аргументы, предполагаются гипотезы, касающиеся существа обсуждаемого вопроса.

Важно проследить, чтобы основная часть не имела форму монолога. Аргументируя собственную позицию, можно и должно анализировать и оценивать позиции различных исследователей, с чем-то соглашаться, чему-то возражать, кого-то опровергать. Установка на диалог позволит избежать некритического заимствования материала из чужих трудов - компиляции.

Изложение материала основной части подчиняется собственному плану, что отражается в разделении текста на главы, параграфы, пункты. План основной части может быть составлен с использованием различных методов группировки материала: классификации (эмпирические исследования), типологии (теоретические исследования), периодизации (исторические исследования).

Заключение — последняя часть научного текста. В ней в краткой и сжатой форме излагаются полученные результаты, представляющие собой ответ на главный вопрос исследования. Здесь же могут намечаться и дальнейшие перспективы развития темы. Небольшое по объему сообщение также не может обойтись без заключительной части - пусть это будут две-три фразы. Но в них должен подводиться итог проделанной работы.

Реферат любого уровня сложности обязательно сопровождается списком используемой литературы. Названия книг в списке располагают по алфавиту с указанием выходных данных использованных книг.

При написании реферата следует избегать типичных ошибок, например, таких:

- поверхностное изложение основных теоретических вопросов выбранной темы, когда автор не понимает, какие проблемы в тексте являются главными, а какие второстепенными,
- в некоторых случаях проблемы, рассматриваемые в разделах, не раскрывают основных аспектов выбранной для реферата темы,
- дословное переписывание книг, статей, заимствования рефератов из интернета.

Подготовка к зачету с оценкой. Изучение дисциплины «Профилактика синдрома профессионального выгорания» заканчивается зачетом с оценкой, который проводится по всему ее содержанию. Форма зачета: ответ на вопросы. К зачету допускаются студенты, которые систематически, в течение всего семестра работали на занятиях и показали уверенные знания по вопросам, выносившимся на групповые занятия. Непосредственная подготовка к зачету осуществляется по вопросам, представленным в данной рабочей программе

дисциплины. Необходимо тщательно изучить формулировку каждого вопроса, вникнуть в его суть, составить план ответа. Обычно план включает в себя:

- показ теоретической и практической значимости рассматриваемого вопроса;
- обзор освещения вопроса в его историческом развитии;
- определение сущности рассматриваемого предмета;
- основные элементы содержания и структуры предмета рассмотрения;
- факторы, логика и перспективы эволюции предмета;
- показ роли и значения рассматриваемого материала для практической деятельности педагога.

План ответа желательно развернуть, приложив к нему ссылки на первоисточники с характерными цитатами. Необходимо отметить для себя пробелы в знаниях, которые следует ликвидировать в ходе подготовки, для чего следует обратиться за консультацией к преподавателю.

### **Работа по решению практического задания**

Успешность решения практического задания будет оцениваться по следующим критериям:

- Аргументация обучающимся своего решения практического задания;
- Полнота и глубина представленного решения практического задания;
- Знания теоретических аспектов решения практического задания;
- Умение самостоятельно анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и развитии.

**Консультация** - это беседа преподавателя и студентов, в которой студенты могут получить разъяснения преподавателя по различным вопросам, связанным с учебным процессом и содержанием учебной дисциплины.

Консультация может проводиться индивидуально или с группой студентов.

### 3. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТА

#### 3.1. Технологическая карта рейтинга дисциплины «Профилактика синдрома профессионального выгорания»

Наименование модуля	Направление подготовки и уровень образования. Название программы/направленности (профиля) образовательной программы	Количество зачетных единиц	
Профилактика синдрома профессионального выгорания	Направление подготовки 37.03.01 Психология направленность (профиль) образовательной программы Социальная психология	5	
<b>Смежные дисциплины по учебному плану</b>			
Предшествующие: специальная психология, клиническая психология, психология личности, психодиагностика, основы психологического консультирования, основы психопрофилактики и психокоррекции			
Последующие: все виды практик, психология стресса			
<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ</b>			
	Форма работы*	Количество баллов 75 %	
		Min	Max
Текущая работа	Конспектирование статьи (источника) по изучаемой теме	10	15
	Решение практических задач	15	20
	Устный опрос	5	10
	Разработка и представление презентации доклада по теме реферата	5	15
	Реферат	10	15
Итого		45	75
<b>ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ</b>			
Содержание	Форма работы*	Количество баллов 25 %	
		min	Max
	Зачет с оценкой	15	25
Итого		15	25
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>			
Базовый раздел/ Тема	Форма работы*	Количество баллов	
		min	Max
	Разработка примеров на изучаемые темы	0	10
Итого		0	10
Общее количество баллов по модулю		min	Max
		60	100

#### Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:

50 – допуск к зачету

60-72 – удовлетворительно

73-86 – хорошо

87-100 – отлично

### 3.2. Фонд оценочных средств (контрольно-измерительные материалы)

#### МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

УТВЕРЖДЕНО

на заседании кафедры психологии  
протокол № 4 от «04» мая 2022 г.

Заведующий кафедрой  
Дубовик

ОДОБРЕНО

на заседании учебно-методического совета  
ИППО протокол № 5 от «11» мая 2022 г.

председатель НМСН(С) ИППО Т.А.  
Шкерина



федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева**

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии

#### **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
обучающихся по дисциплине

#### **ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ**

Направление подготовки:  
37.03.01 Психология

направленность (профиль) образовательной программы  
Социальная психология

Квалификация (степень) выпускника  
БАКАЛАВР

## **1. Назначение фонда оценочных средств**

1.1. Целью создания ФОС дисциплины «Профилактика синдрома профессионального выгорания» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2. ФОС дисциплины «Профилактика синдрома профессионального выгорания» решает задачи:

- контроль и управление процессом приобретения студентами необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;
- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде набора общекультурных и профессиональных компетенций выпускников;
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных методов обучения в образовательный процесс Университета.

1.3. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 7 августа 2014 г. №946;
- основной профессиональной образовательной программы Социальная психология, заочной формы обучения высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология;
- положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего

образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» утвержденного приказом ректора №297(п) от 28.04.2018.

## **2. Перечень компетенций подлежащих формированию в рамках дисциплины**

### **2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:**

- ПК-13 - способность к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса;
- ПК-14 - способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп.

## 2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании данной компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/КИМы	
			Номер	Форма
ПК -13 ПК -14	специальная психология, клиническая психология, психология личности, психодиагностика, основы психологического консультирования, основы психопрофилактики и психокоррекции	Текущий контроль успеваемости	1	Устный опрос
			2	Конспектирование статьи (источника) по изучаемой теме
		Промежуточная аттестация	3	Практические задания
			4	Реферат
			5	Разработка и представление презентации по теме реферата
			6	Зачет с оценкой

- **Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации**

3.1. Фонды оценочных средств включают: зачет с оценкой.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство зачет с оценкой.

Критерии оценивания по оценочному средству **6** – зачет с оценкой



Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенции	Базовый уровень сформированности компетенции	Пороговый уровень сформированности компетенции
	(87-100 баллов) зачтено-отлично	(73-86 баллов) зачтено-хорошо	(60-72 балла)* зачтено-удовлетворительно
ПК – 13 ПК -1 4	На продвинутом уровне способен на реализацию психологических технологий, ориентированных на профилактику синдрома профессионального выгорания	На базовом уровне способен на реализацию психологических технологий, ориентированных на профилактику синдрома профессионального о выгорания	На пороговом уровне способен на реализацию психологических технологий, ориентированных на профилактику синдрома профессионального выгорания

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

#### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля

**4.1. Фонды оценочных средств включают:** устный опрос, конспектирование статьи (источника) по изучаемой теме, практические задания, разработка и представление презентации по теме реферата, реферат, зачет с оценкой.

#### 4.2 Критерии оценивания см. в технологической карте рейтинга рабочей программы дисциплины

##### 4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 – устный опрос

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Грамотное использование психологических терминов	4
Логичность и последовательность изложения материала	4
Умение отвечать на дополнительные вопросы	2
Максимальный балл	10

##### 4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 – конспектирование статьи по изучаемой теме

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Соответствие источника исследуемой проблеме, теме	2
Связь с предшествующим материалом или связь с другими дисциплинами	4
Адекватность понимания, глубина анализа источника	4
Максимальный балл	10

##### 4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 3 – практическое задание

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Аргументация обучающимся своего решения практического задания	5
Полнота и глубина представленного решения практического задания	5
Знания теоретических аспектов решения практического задания	5
Умение самостоятельно анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и развитии	5
Максимальный балл	20

##### 4.2.4. Критерии оценивания по оценочному средству 4 – реферат

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
---------------------	--

Обоснованность целей и задач реферата	2
Полнота и глубина представленного предметного содержания, раскрывающего проблему и тему. Особый акцент – на современные исследования	7
Соответствие первоисточников исследуемой проблеме и теме	3
Оформление реферата	3
Максимальный балл	15

#### 4.2.5. Критерии оценивания по оценочному средству - разработка и представление презентации по теме реферата

<b>Критерии оценивания</b>	<b>Количество баллов (вклад в рейтинг)</b>
Отбор предметного содержания, раскрывающего суть проблемы и темы	5
Включение схем, таблиц, фотографий, иллюстраций и других видео материалов, позволяющих более глубоко раскрыть предметное содержание реферата	5
Знание терминологии, логичность, последовательность изложения	5
Максимальный балл	15

## **5. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости Типовые вопросы и задания к вопросам для обсуждения**

### **Задания для 1 темы**

#### **(Понятие «профессиональное выгорание»)**

1. Назовите социальные явления, способствовавшие возникновению понятия «профессиональное выгорание».
2. Как видоизменилось понятие «профессиональное выгорание» в XXI веке?
3. Перечислите отечественных и зарубежных авторов, занимающихся разработкой проблемы профессионального выгорания.

### **Задания для 2 темы**

#### **(Факторы и стадии развития синдрома профессионального выгорания)**

1. Проанализируйте подходы к определению стадий эмоционального выгорания в работах Х. Фрейденберга, К. Маслач, А. Ленгле, В.В. Бойко, В.Е. Орла.
2. Назовите функциональные закономерности влияния синдрома выгорания на личность профессионала.
3. Проанализируйте стадии синдрома выгорания с позиций адаптации и дезадаптации организма.
4. Перечислите факторы, детерминирующие возникновение и формирование синдрома профессионального выгорания.
5. Назовите типы личностей, наиболее склонных к синдрому выгорания.
6. Представьте себя в роли исследователя, выделите «свой собственный» фактор, детерминирующий возникновение и формирование синдрома выгорания.

### **Задания для 3 темы**

#### **(Симптомы профессионального выгорания)**

1. Перечислите известные вам симптомы профессионального выгорания. Предположите «удельный вес» влияния каждого из симптомов на личностную и профессиональную сферы личности.
2. К каким соматическим нарушениям приводит синдром выгорания?
3. Как вы считаете, кто в большей степени – мужчины или женщины подвержены синдрому? Аргументируйте свое мнение, опираясь на научные исследования по данной проблеме.

### **Задания для 4 темы**

#### **(Методы диагностики синдрома профессионального выгорания)**

1. Перечислите методы диагностики, позволяющие изучить синдром профессионального выгорания.

2. Проведите опрос одного одноклассника с использованием эмоциональных индикаторов (разработка Е.А. Климова, Г.Ф. Корольковой). Сформулируйте рекомендации
3. Применяя опросники МВІ С. Maslash, S.E. Jackson и В.В. Бойко изучите у себя особенности эмоциональной сферы, сформулируйте рекомендации.
4. Осуществите самостоятельный подбор диагностических методов, позволяющих исследовать синдром выгорания.

### **Задания для 5 темы**

#### **(Способы профилактики синдрома профессионального о выгорания)**

1. Какие способы профилактики кажутся Вам наиболее эффективными? Почему?
2. Перечислите техники, снижающие и повышающие эмоциональное напряжение.
3. В напряженной эмоциональной обстановке выполните упражнение на расслабление, проанализируйте эффекты процедуры.

### **ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ**

1. Профессиональная деформация у психологов.
2. Эмоции, стресс, болезнь как последствия эмоционального выгорания.
3. Потребности, влияющие на возникновение профессионального выгорания.
4. Мотивация как фактор организации поведения, препятствующий профессиональному выгоранию
5. Современные представления о последствиях профессионального выгорания.
6. Биологические ритмы и психическое здоровье человека.
7. Резервы человеческой психики.
8. Психологическая защита при стрессах.
9. Аутотренинг при психических перегрузках.
- 10.Снижение мобильности при выгорании профессионала.
- 11.Проблема отчуждения при эмоциональном выгорании.
- 12.Психофизиологические особенности пожилых сотрудников.
- 13.Дезинтеграция профессионального развития при эмоциональном выгорании.

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ**

#### **Ситуация № 1**

Представьте себя в роли исследователя, выделите «свой собственный» фактор, детерминирующий возникновение и формирование синдрома выгорания.

### Ситуация № 2

Определите, какой симптом синдрома профессионального выгорания включает: усталость, физическое утомление, истощение; уменьшенный или увеличенный вес; недостаточный сон, бессонница; жалобы на общее плохое самочувствие; затрудненное дыхание, одышка; тошнота, головокружение, чрезмерная потливость, дрожание; артериальная гипертензия (повышенное артериальное давление); боли в области сердца.

### Ситуация № 3

Определите, какой симптом синдрома профессионального выгорания включает: недостаток эмоций, неэмоциональность; пессимизм, цинизм, черствость в работе и личной жизни; безразличие и усталость; раздражительность, агрессивность; тревога, усиление иррационального беспокойства, неспособность сосредоточиться; депрессия, чувство вины; потеря идеалов, надежд или профессиональных перспектив; увеличение деперсонализации – своей или других (люди начинают восприниматься безликими, как манекены); преобладание чувства одиночества.

### Ситуация № 4

Определите, какой симптом синдрома профессионального выгорания включает: рабочее время более 45 часов в неделю; во время рабочего дня появляются усталость и желание прерваться, отдохнуть; безразличие к еде; отсутствие физических нагрузок; частое употребление табака, алкоголя, лекарств.

### Ситуация № 5

Определите, какой симптом синдрома профессионального выгорания включает: уменьшение интереса к новым теориям и идеям в работе; уменьшение интереса к альтернативным подходам в решении проблем (например, в работе); безразличие к новшествам, нововведениям; отказ от участия в развивающих экспериментах (тренингах, образовании); формальное выполнение работы.

### Ситуация № 6

Определите, какой симптом синдрома профессионального выгорания включает: отсутствие времени или энергии для социальной активности; уменьшение активности и интереса в области досуга, хобби; социальные контакты ограничиваются работой; скудные взаимоотношения с другими, как дома, так и на работе; ощущение изоляции, непонимания окружающих и со стороны окружающих; ощущение недостатка поддержки со стороны семьи, друзей, коллег

### Ситуация №7

Составьте активизирующие формулы, которые помогут достичь успеха в различных жизненных ситуациях.

### Ситуация №8

Покажите упражнение на расслабление, проанализируйте эффекты.

#### Ситуация №9

Представьте себя в роли исследователя, выделите «свой собственный» фактор, детерминирующий возникновение и формирование синдрома выгорания.

#### Ситуация №10

Проанализируйте, насколько вас удовлетворяет исходный уровень личной активности.

#### Ситуация №11

Сформулируйте экзистенциальные установки, способствующие профилактике синдрома профессионального выгорания.

### **ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ С ОЦЕНКОЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ»**

1. Дайте определение понятия «профессиональное эмоциональное выгорание».
2. Охарактеризуйте факторы развития синдрома профессионального выгорания.
3. Охарактеризуйте стадии развития синдрома профессионального выгорания.
4. Какие существуют симптомы профессионального выгорания? Каково их содержание?
5. Охарактеризуйте физические симптомы профессионального выгорания.
6. Охарактеризуйте эмоциональные симптомы профессионального выгорания.
7. Охарактеризуйте поведенческие симптомы профессионального выгорания.
8. Охарактеризуйте когнитивные симптомы профессионального выгорания.
9. Охарактеризуйте социальные симптомы профессионального выгорания.
10. Опишите типы личностей, наиболее склонных к синдрому профессионального выгорания.
11. Как влияет синдром профессионального выгорания на личность профессионала?
12. Перечислите и дайте краткую характеристику методов диагностики синдрома профессионального выгорания.

13. Расскажите об основных способах профилактики синдрома профессионального выгорания.
14. Охарактеризуйте исследование личностных особенностей как способ профилактики синдрома.
15. Дайте характеристику способов саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний.
16. Опишите техники, снижающие и повышающие эмоциональное напряжение
17. Опишите приемы визуализации в профилактике синдрома выгорания.
18. Перечислите и опишите активизирующие техники и методы релаксации.
19. Какие экзистенциальные установки способствуют профилактике синдрома профессионального выгорания?
20. Какие технологии самопомощи применяются при синдроме профессионального сгорания?



### 3.3. Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине

#### Лист внесения изменений

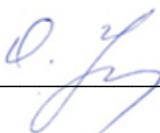
Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

2. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
3. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.
4. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации» от 28.04.2018 № 297 (п)

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры социальной психологии, протокол № 6 от «17» мая 2018 г.

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой О.В. Груздева



---

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) ИППО

«11» июня 2018 г. Протокол № 5

Председатель НМСС (Н)



---

М.А. Кухар

### Лист внесения изменений

Дополнения и изменения рабочей программы по 2018/2019 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования» на основании приказа «о внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 15.07.2018 № 457 (п).

### 3.3. Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины на 2022/2023 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Обновлено и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева «Карта литературного обеспечения (включая электронные ресурсы)», содержащая основную и дополнительную литературу литературы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

2. Обновлено «Карта материально-технической базы дисциплины», включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева) и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры-разработчика: психологии

«04» мая 2022 г., протокол № 4

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой

Е.Ю. Дубовик



Одобрено НМСС(Н)  
№ 5 от «11» мая 2022 г.  
Председатель



Т.А.Шкерина

#### 4. УЧЕБНЫЕ РЕСУРСЫ

##### 4.1. КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ»

для студентов основной профессиональной образовательной программы

Направление подготовки 37.03.01 Психология

направленность (профиль) образовательной программы

по заочной форме обучения

№ п/п	Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Кол-во экземпляров/ точек доступа
<b>Основная литература</b>			
1.	Барканова О. В. Теоретические основы психологической диагностики. Ч. 1. Общетеоретические вопросы психодиагностики. – Красноярск, 2016. – 218 с. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://elib.kspu.ru/document/24523">http://elib.kspu.ru/document/24523</a>	ЭБС КГПУ	Индивидуальный неограниченный доступ
2.	Барканова О. В. Теоретические основы психологической диагностики. Ч. 2. Психодиагностические методы. – Красноярск, 2016. – 216 с.; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://elib.kspu.ru/document/24524">http://elib.kspu.ru/document/24524</a>	ЭБС КГПУ	Индивидуальный неограниченный доступ
3.	Бочарова Ю. Ю. Профилактика эмоционального выгорания: практическое пособие для учреждений социального обслуживания населения и студентов, обучающихся по направлению 040400 Социальная работа. Вып. 7 / Ю. Ю. Бочарова, О. В. Патрина ; ред. Т. В. Фуряева. - Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2011. - 96 с.	Научная библиотека	21

4.	Котова, Е. В. Профилактика синдрома эмоционального выгорания [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е. В. Котова; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева. – Красноярск, 2013.– Режим доступа: <a href="http://elib.kspu.ru/document/32763">http://elib.kspu.ru/document/32763</a> .	ЭБС «КГПУ им. В. П. Астафьева»	Индивидуальный неограниченный доступ
<b>Дополнительная литература</b>			
5.	Останкина, Е. Основы психической саморегуляции : учебное пособие / Е. Останкина ; науч. ред. В.Г. Маралов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Череповецкий государственный университет», Факультет биологии и здоровья человека. - Череповец : Издательство ЧГУ, 2013. - 126 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-85341-478-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=434835">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=434835</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
6.	Малярчук, Н. Н. Профилактика профдеформаций [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н. Н. Малярчук ; Тюменский гос. ун-т, Ин-т дистанционного образования, Ин-т психологии и педагогики. - Тюмень : ТюмГУ, 2013. - 292 с. - Библиогр.: с. 235-237. - Режим доступа: <a href="https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/5719/read.php">https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/5719/read.php</a>	Межвузовская электронная библиотека	Индивидуальный неограниченный доступ
7.	Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. - Москва : Институт психологии РАН, 2011. - 512 с. - (Психология социальных явлений). - ISBN 978-5-9270-0222-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=86285">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=86285</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ

**Профессиональные Базы данных и информационные справочные системы**

8.	Межвузовская электронная библиотека (МЭБ)	<a href="https://icdlib.nspu.ru">https://icdlib.nspu.ru</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
9.	East View: универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ . – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011	<a href="https://dlib.eastview.com">https://dlib.eastview.com</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
10.	Elibrary.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. портал. – Москва, 2000. -	<a href="https://elibrary.ru">https://elibrary.ru</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
11.	Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992. -	<a href="http://www.garant.ru">http://www.garant.ru</a>	Доступ из локальной сети вуза
12.	Электронный каталог НБ КГПУ им. В.П. Астафьева	<a href="http://library.kspu.ru">http://library.kspu.ru</a>	Свободный доступ

Согласовано:

М. БИБЛИОТЕКАРЬ

(должность, структурное подразделение)

Казанцева  
(подпись)

КАЗАНЦЕВА Е.Ю.  
(Фамилия И.О.)



**4.2. Карта материально-технической базы дисциплины  
«Профилактика синдрома профессионального выгорания»  
для студентов основной профессиональной образовательной программы  
Направление подготовки 37.03.01 Психология  
направленность (профиль) образовательной программы  
Социальная психология  
по заочной форме обучения**

Аудитория	Оборудование
Аудитории для лекционных / практических занятий	
г. Красноярск, ул. К. Маркса, д. 100, ауд. 1-06	Учебная доска – 1 шт., проектор – 1 шт.
г. Красноярск, ул. К. Маркса, д. 100, ауд. 2-06	Компьютер - 3 шт., интерактивная доска с встроенным проектором -1 шт., телевизор -1 шт., учебно-методическая литература
г. Красноярск, ул. К. Маркса, д. 100, ауд. 2-10	Учебная доска – 1 шт., проектор – 1 шт., экран – 1 шт.
г. Красноярск, ул. К. Маркса, д. 100, ауд. 3-01	Учебная доска – 1 шт., проектор – 1 шт., интерактивная доска – 1 шт.
г. Красноярск, ул. К. Маркса, д. 100, ауд. 3-01А	Компьютер - 1 шт., МФУ - 1 шт.
г. Красноярск, ул. К. Маркса, д. 100, ауд. 3-06	Интерактивная доска с проектором – 1 шт.
г. Красноярск, ул. К. Маркса, д. 100, ауд. 3-08	Учебная доска – 1 шт., проектор – 1 шт., экран – 1 шт.