



## Силабус навчальної дисципліни

### «ПСИХОЛОГІЯ ВИГОРАННЯ: ДІАГНОСТИКА ТА ПРОФІЛАКТИКА»

ОПП «Психологія бізнесу»

Спеціальність: 053 Психологія

Галузь знань: 05 "Соціальні та поведінкові науки"

<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший (бакалаврський)
<b>Статус дисципліни</b>	Навчальна дисципліна альтернативного вибору
<b>Курс</b>	2
<b>Семестр</b>	3
<b>Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС/години</b>	4 кредити/120 годин
<b>Мова викладання</b>	Українська
<b>Що буде вивчатися (предмет вивчення)</b>	Феномен вигорання
<b>Чому це цікаво/треба вивчати (мета)</b>	Дисципліна розкриває всі аспекти феномену вигорання та його види. Компоненти, стадії та ознаки синдрому "емоційного вигорання". Фактори стресу та вигорання. Роль стресогенних чинників в етіопатогенезі психічних і соматичних захворювань. Методи дослідження стресу та вигорання. Рівні профілактики і подолання стресу та емоційного вигорання. Фасилітативна роль психолога у подоланні клієнтом негативних проявів вигорання.
<b>Чому можна навчитися (результати навчання)</b>	Співвідношенню понять "емоційне вигорання" та "професійне вигорання". Вивчити компоненти синдрому "професійного вигорання". Стадії синдрому "професійного вигорання". Фази синдрому "професійного вигорання". Аспекти професійного вигорання. Ознаки (симптоми) синдрому "професійного вигорання". Умови (фактори) професійного вигорання. Методи дослідження професійного стресу та професійного вигорання. Рівні профілактики професійного стресу та синдрому професійного вигорання. Засоби попередження і подолання "професійного вигорання".
<b>Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)</b>	Здатність контролювати психологічний клімат у колективі, вирізняти види конфліктів, проводити їх профілактику та управляти ними. Застосовувати методи профілактики синдрому «професійного вигорання» у працівників. Попереджувати розвиток вигорання у клієнтів.
<b>Навчальна логістика</b>	<b>Зміст дисципліни:</b> Стрес як фактор виникнення психічних і соматичних захворювань. Визначення та співвідношення понять "напруження", "стрес", "емоційне вигорання". Стрес як адаптивна та дезадаптивна реакція організму людини. Хронічний стрес як чинник синдрому "емоційного вигорання": ознаки та стадії. Роль стресогенних чинників в етіопатогенезі психічних і соматичних захворювань. Методи дослідження стресу та вигорання. Фасилітативна роль клінічного психолога у подоланні пацієнтом негативних проявів постстресового стану. Психологічні аспекти діяльності психолога. Практичні задачі і функції психолога.

	<p>Етичні проблеми роботи персоналу.  Професійно значущі психологічні якості працівника.  Психологічний клімат у колективі. Конфлікти колективу, їх профілактика та управління ними.  Проблема професійного вигорання та стратегії її подолання.  Роль психолога у попередженні та подоланні професійного вигорання працівників.  Професійний стрес і синдром “професійного вигорання”.  Співвідношення понять “професійний стрес” та “професійне вигорання”, “емоційне вигорання” та “професійне вигорання”, «мотиваційне вигорання» і «ціннісне вигорання».  Компоненти і стадії синдрому “професійного вигорання”.  Ознаки та чинники синдрому “професійного вигорання”.  Методи дослідження професійного стресу та професійного вигорання.  Рівні профілактики синдрому професійного вигорання.  <b>Види занять:</b> лекції, практичні заняття  <b>Методи навчання:</b> пояснювально-ілюстративний метод; метод проблемного викладу, евристична бесіда, групова дискусія, арт-вправи, ігрові техніки, кейс-метод.  <b>Форми навчання:</b> очна</p>
<b>Пререквізити</b>	«Психологія особистісного життєпроекування», «Вікова фізіологія і валеологія»
<b>Пореквізити</b>	Знання з дисципліни можуть бути використані при вивченні дисциплін: «Психологія мотивації досягнення успіху», «Психологія сучасного менеджменту»
<b>Інформаційне забезпечення з репозитарію та фонду НТБ НАУ</b>	<p><b>Науково-технічна бібліотека НАУ:</b>  1. Клінічна психологія: навчальний посібник / укл. Ю.П.Никоненко. – К.:КНТ, 2016. – 369 с.  2. Помиткіна Л.В., Помиткін Е.О. Психологія праці і відпочинку [для студ. вищ. навч. закл.] / Любов Віталіївна Помиткіна, Едуард Олександрович Помиткін. – К.: ТОВ «Альфа-ПК», 2019. – 322 с.  3. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія. Навчальний посібник. – К.: Академвидав, 2017 – 360с.</p> <p><b>Допоміжна література</b>  1. Вашека Т.В., Уруська О.І. Емоційне вигорання лікарів-онкологів та причини його виникнення // Індивідуальність у психологічних вимірах спільнот та професій в умовах мережевого суспільства: Монографія колективна / За ред. Л.В.  2. Помиткіної, О.П.Хохліної. – К.: ТОВ «АльфаПК», 2019. – С. 105-110 <a href="https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/49074">https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/49074</a>  Помиткін Е.О. Духовний потенціал особистості: психологічна діагностика, актуалізація та розвиток: посібник / Е.О.Помиткін. – Київ: «Внутрішній світ». – 2015. – 144 с.  <b>Репозитарій НАУ:</b> Статті на висвітлення проблематики вигорання  Режим посилання <a href="http://er.nau.edu.ua">http://er.nau.edu.ua</a></p>
<b>Локація та матеріально-технічне забезпечення</b>	Мультимедійна аудиторія кафедри 8.1203 Презентації, опорні схеми, арт-матеріали, метафоричні асоціативні карти.
<b>Семестровий контроль, екзаменаційна методика</b>	Диференційований залік
<b>Кафедра</b>	Кафедра авіаційної психології
<b>Факультет</b>	Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій

<b>Викладач(і)</b>	 <p><b>МУЖАНОВА НАТАЛІЯ ВОЛОДИМИРІВНА</b></p> <p><b>Посада:</b> доцент кафедри АПСХ ФЛСК  <b>Науковий ступінь:</b> кандидат психологічних наук  <b>Вчене звання:</b>  <b>Профайл викладача:</b></p> <p><b>Тел.:</b> 044-406-72-78  <b>E-mail:</b> nataliia.muzhanova@ npp.nau.edu.ua  <b>Робоче місце:</b> 8.1207  <b>НАУ</b> <a href="http://www.lib.nau.edu.ua">http://www.lib.nau.edu.ua</a></p>
<b>Оригінальність навчальної дисципліни</b>	Практикоорієнтований курс
<b>Лінк на дисципліну</b>	