

Учебно-тематический план курса

**Тема: Профилактика синдрома "профессионального выгорания" у педагогов**

Длительность: 150 ч.

№/пп	Наименование дисциплины	Длительность
1	Психологическая характеристика феномена выгорания	10 ч. 15 мин.
2	Факторы, способствующие развитию синдрома выгорания у педагогических работников	7 ч. 15 мин.
3	Стадии протекания синдрома выгорания	8 ч. 45 мин.
4	Модели профессионального выгорания	9 ч. 45 мин.
5	Методики измерения синдрома психологического выгорания	10 ч.
6	Психолого-педагогическая компетентность как фактор сохранения и укрепления профессионального здоровья педагога	14 ч. 15 мин.
7	Основы психологической безопасности	13 ч. 15 мин.
8	Факторы, обеспечивающие профессиональное долголетие	11 ч. 45 мин.
9	Профилактические программы и психотехнические приемы преодоления синдрома эмоционального выгорания у педагогических работников	9 ч. 30 мин.
10	Способы преодоления эмоционального выгорания через ресурсы и саморегуляции	7 ч.
11	Психосоматические проявления эмоционального выгорания.	8 ч. 15 мин.
12	Эмоции и эмоциональные состояния человека	11 ч. 30 мин.
13	Психология эмоций	11 ч. 15 мин.
14	Психология стресса	10 ч. 30 мин.
15	Итоговая аттестация	6 ч. 45 мин.

**Итого 150 ч.**