

Учебно-тематический план курса

Тема: Профилактика синдрома "профессионального выгорания" у педагогов

Длительность: 32 ч.

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

Итого 32 ч.