

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Железнов Лев Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 27.01.2022 15:36:16
Уникальный программный ключ:
7f036de85c233e341493b4c0e48bb3a18c939f31

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Кировский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ
Ректор Л.М. Железнов
«23» мая 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ РАБОТНИКОВ СОЦИАЛЬНЫХ СЛУЖБ»

Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа

Направленность (профиль) ОПОП – «Социальная работа»

Форма обучения заочная

Срок освоения ОПОП 5 лет

Кафедра психологии и педагогики

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана на основе:

- 1) ФГОС ВО по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа, утвержденного Министерством образования и науки РФ «05» февраля 2018 г., Приказ № 76.
- 2) Учебного плана по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа, одобренного ученым советом ФГБОУ ВО Кировский ГМУ Минздрава России «26» апреля 2019 г. протокол № 4.
- 3) Профессионального стандарта «Специалист по социальной работе», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 октября 2013 г., приказ № 571н.

Рабочая программа дисциплины (модуля) одобрена:
кафедрой психологии и педагогики 26.04.2019 г. (протокол № 9/1)

Заведующий кафедрой И.В. Новгородцева

Ученым советом социально-экономического факультета 22.05.2019 г. (протокол № 5)

Председатель Ученого совета факультета Л.Н. Шмакова

Центральным методическим советом 23.05.2019 г. (протокол № 5)

Председатель ЦМС Е.Н. Касаткин

Разработчик:

зав. кафедрой
психологии и педагогики, к.п.н., доцент И.В. Новгородцева

Рецензенты:

Внутренний рецензент:
заведующий кафедрой гуманитарных и социальных наук
ФГБОУ ВО Кировский ГМУ,
к.и.н., доцент Л.Г. Сахарова

Внешний рецензент:

Заведующая отделением сестринского дела и фельдшеров,
Кировского медицинского колледжа,
к.п.н. О.В. Бельтюкова

ОГЛАВЛЕНИЕ

Раздел 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП	4
1.1. Цель изучения дисциплины (модуля)	4
1.2. Задачи изучения дисциплины (модуля)	4
1.3. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП	4
1.4. Объекты профессиональной деятельности	4
1.5. Виды профессиональной деятельности	4
1.6. Формируемые компетенции выпускника	4
Раздел 2. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы	5
Раздел 3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)	5
3.1. Содержание разделов дисциплины (модуля)	5
3.2. Разделы дисциплины (модуля) и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами	6
3.3. Разделы дисциплины (модуля) и виды занятий	6
3.4. Тематический план лекций	6
3.5. Тематический план практических занятий (семинаров)	7
3.6. Самостоятельная работа обучающегося	8
3.7. Лабораторный практикум	9
3.8. Примерная тематика курсовых проектов (работ), контрольных работ	9
Раздел 4. Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения дисциплины (модуля)	9
4.1. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)	9
4.2. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	9
4.2.1. Основная литература	9
4.2.2. Дополнительная литература	10
4.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	10
4.4. Перечень информационных технологий, используемых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю), программного обеспечения и информационно-справочных систем	10
4.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)	11
Раздел 5. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины (модуля)	11
Раздел 6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)	12
Раздел 7. Оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	13

Раздел 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП

1.1. Цель изучения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины: способствовать формированию представления о разновидностях стрессовых состояний и закономерностях их возникновения.

1.2. Задачи изучения дисциплины (модуля)

- эффективная реализация технологий социальной работы и мер социальной защиты с целью улучшения условий жизнедеятельности граждан и семей;
- формирование представлений об особенностях протекания синдрома эмоционального выгорания на разных стадиях;
- формирование представлений о методах оценки уровня стресса, моделях и методах профилактики синдрома эмоционального выгорания и саморегуляции социальных работников;
- предупреждение личной профессиональной деформации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания», девиаций социального здоровья.

1.3. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП:

Дисциплина «Психологическая профилактика синдрома эмоционального выгорания работников социальных служб» относится к блоку Б 1. Дисциплины (модули), части, формируемой участниками образовательных отношений.

Основные знания, необходимые для изучения дисциплины формируются при изучении дисциплин: «Психология социальной работы», «Психология общения и конфликта в профессиональной деятельности».

Является предшествующей для прохождения практик: «Производственная практика. Преддипломная».

1.4. Объекты профессиональной деятельности

Объектами профессиональной деятельности выпускников, освоивших рабочую программу дисциплины (модуля), являются:

- отдельные лица, семьи, группы населения и общности, нуждающиеся в социальной защите.

1.5. Типы задач профессиональной деятельности

Изучение данной дисциплины (модуля) направлено на подготовку к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- социально-технологический.

1.6. Формируемые компетенции выпускника

Процесс изучения дисциплины (модуля) направлен на формирование у выпускника следующих компетенций:

№ п/п	Результаты освоения ОПОП (индекс и содержание компетенции)	Индикатор достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)			Оценочные средства	
			Знать	Уметь	Владеть	для текущего контроля	для промежуточной аттестации
1	2	3	4	5	6	7	8
1	ПК-8 Способен осуществлять организацию	ИД ПК 8.5. Осуществляет супервизию, направленную на выявление и	Особенности и причины формирования личной, профессиона	Использовать психолого-педагогические знания при составлении	Навыками психической саморегуляции, методами диагностики	Контрольная работа	Тестирование, собеседование

нно-управленческую деятельность в подразделениях организаций, реализующих социальные услуги и меры социальной поддержки	решение проблем при вхождении в должность и осуществлении профессиональной деятельности специалистов подразделения, профилактику профессиональной деформации и выгорания, осуществляет мероприятия по повышению квалификации сотрудников подразделения	льной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	рекомендаций по предупреждению и профилактике личной профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»		
---	--	---	---	--	--	--

Раздел 2. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 108 часов, 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		№ 10
1	2	3
Контактная работа (всего)	12	12
в том числе:		
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия (ПЗ)	8	8
Самостоятельная работа (всего)	92	92
в том числе:		
- контрольная работа	12	12
- подготовка к текущему контролю	40	40
- подготовка к промежуточной аттестации	40	40
Вид промежуточной аттестации:	зачет	контактная работа
		самостоятельная работа
Общая трудоемкость (часы)	108	108
Зачетные единицы	3	3

Раздел 3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

3.1. Содержание разделов дисциплины (модуля)

№ п/п	Код компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела
1	2	3	4
1.	ПК-8	Профессиональный стресс в деятельности социального работника.	Понятие профессионального стресса. Виды, источники, причины, формы развития профессионального стресса.
2.	ПК-8	Синдром эмоционального выгорания как результат	Понятие синдрома эмоционального выгорания в современной психологии.

		профессионального стресса.	Симптомы и стадии эмоционального выгорания. Социально-психологические (личностные) и профессиональные факторы риска психического выгорания.
3.	ПК-8	Психофизиологические и психологические объективные методы исследования СЭВ.	Методические аспекты изучения стресса. Физиологические методы исследования СЭВ. Психофизиологические и психологические объективные методы исследования.
4.	ПК-8	Основы психопрофилактики и преодоления синдрома «эмоционального выгорания» в профессиональной деятельности социальных работников.	Понятие «психологическая профилактика». Модели профилактических программ. Модели и стратегии преодолевающего поведения. Техники психической саморегуляции, медитации, релаксации и мобилизации.

3.2. Разделы дисциплины (модуля) и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№№ разделов данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин			
		1	2	3	4
1.	Производственная практика. Преддипломная	+	+	+	+

3.3. Разделы дисциплины (модуля) и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины		Л	ПЗ	СРС	Всего часов
1	2		3	4	7	8
1.	Профессиональный стресс в деятельности социального работника		2	-	4	6
2.	Синдром эмоционального выгорания как результат профессионального стресса		2	2	10	14
3.	Психофизиологические и психологические объективные методы исследования СЭВ			2	36	38
4.	Основы психопрофилактики и преодоления синдрома «эмоционального выгорания» в профессиональной деятельности социальных работников			4	42	46
	Вид промежуточной аттестации:	зачет	контактная работа			1
			самостоятельная работа			3
	Итого:		4	8	92	108

3.4. Тематический план лекций

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика лекций	Содержание лекций	Трудоемкость (час)
				10 семестр
1	2	3	4	5
1.	1	Профессиональный стресс в деятельности социального работника	Понятие профессионального стресса. Виды и причины развития профессионального стресса. Источники профессионального стресса. Психологические стрессоры. Формы проявления	2

			стресса и динамика развития стрессовых состояний.	
2.	2	Синдром эмоционального выгорания как результат профессионального стресса	Понятие синдрома эмоционального выгорания в современной психологии. Симптомы эмоционального выгорания. Стадии «эмоционального выгорания»: нервно-психическое напряжение; резистенция; истощение психических ресурсов.	2
Итого:				6

3.5. Тематический план практических занятий (семинаров)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Содержание практических (семинарских) занятий	Трудоемкость (час)
				10 семестр
1	2	3	4	5
1.	2	Социально-психологические (личностные) и профессиональные факторы риска психического выгорания	Синдром выгорания как следствие комбинации организационных, профессиональных стрессов и личностных факторов. Выгорание специалистов «помогающих профессий». Социальное сходство/сравнение как риск выгорания. Переживание несправедливости, социальная незащищенность, неудовлетворенность работой как риск выгорания. Влияние возраста, стажа работы и удовлетворенности карьерой на выгорание. Личностные факторы риска выгорания. Ролевые факторы риска выгорания. Акцентуации характера как предпосылка выгорания. Организационная культура и выгорание персонала.	2
2.	3	Психофизиологические и психологические объективные методы исследования СЭВ	Методические аспекты изучения стресса. Физиологические методы исследования СЭВ. Психофизиологические и психологические объективные методы исследования. Оценка основных свойств нервной системы. Оценка эффективности психических процессов. Психологические методики субъективной оценки состояния и личностных характеристик.	2
3.	4	Психопрофилактика синдрома «эмоционального	Понятие «психологическая профилактика». Модели профилактических программ.	2

		выгорания» социальных работников разных стадиях	на Модели и стратегии преодолевающего поведения. Здоровьесберегающие технологии в психопрофилактике и преодолении синдрома «эмоционального выгорания». Социальная поддержка и социальная интеграция как защита от выгорания. Модели профилактики эмоционального выгорания. Оптимизация трудовой мотивации как профилактика ЭВ. Ресурсные концепции стресса и преодоления выгорания на разных стадиях СЭВ. Техники психической саморегуляции, медитации, релаксации и мобилизации.	
4.	4	Саморегуляция эмоциональных состояний социальных работников	Классификация методов психической саморегуляции. Контроль внешних проявлений эмоций. Правила эмоционального поведения. Управление нервно- психической напряженностью и настроением. Управление психическим состоянием с помощью переключения внимания. Развитие позитивного мышления. Стрессовый и нестрессовый стили жизни.. Конструктивное поведение в напряженной конфликтной ситуации. Техника рефрейминга. Навыки психической саморегуляции как внутренний ресурс работников социальных служб.	2
Итого:				8

3.6. Самостоятельная работа обучающегося

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Виды СРС	Всего часов
1	2	3	4	5
1.	10	Профессиональный стресс в деятельности социального работника	Профессиональный стресс в деятельности социального работника. Подготовка к текущему контролю, подготовка к промежуточной аттестации	4
2.		Синдром эмоционального выгорания как результат профессионального стресса	Подготовка к текущему контролю, подготовка к промежуточной аттестации	10
3.		Психофизиологические и психологические объективные методы исследования СЭВ	Подготовка к текущему контролю, подготовка к промежуточной аттестации, контрольная работа	36
4.		Основы психопрофилактики и преодоления синдрома «эмоционального выгорания» в	Подготовка к текущему контролю, подготовка к промежуточной аттестации, контрольная работа	42

	профессиональной деятельности социальных работников	
Итого часов в семестре:		92
Всего часов на самостоятельную работу:		92

3.7. Лабораторный практикум

Не предусмотрено учебным планом.

3.8. Примерная тематика курсовых проектов (работ), контрольных работ

Курсовая работа учебным планом не предусмотрена.

Примерная тематика контрольных работ.

1. Теоретические подходы к изучению феномена эмоционального выгорания
2. Повышение стрессоустойчивости как фактор успешности в профессиональной деятельности.
3. Методы саморегуляции в профессиональной деятельности социальных работников
4. Способы защиты от стресса в профессиональной деятельности социального работника.
5. Факторы, инициирующие возникновение синдрома эмоционального выгорания
6. Симптомы эмоционального выгорания
7. Эмоциональное выгорание как стресс
8. Возможные меры профилактики синдрома эмоционального выгорания.
9. Психолого-педагогические рекомендации по профилактике и коррекции синдрома эмоционального выгорания
10. Психологическая профилактика эмоционального выгорания лиц, занятых в профессиях социального типа
11. Синдром эмоционального выгорания как риск, связанный с деятельностью в социальной работе
12. Методы предотвращения и профилактики синдрома эмоционального сгорания
13. Понятие о состоянии монотонии, состоянии психического пресыщения и «эмоционального выгорания».
14. Динамика профессионального стресса.

Раздел 4. Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения дисциплины (модуля)

4.1. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

- методические материалы по изучению дисциплины «Психологическая профилактика синдрома эмоционального выгорания работников социальных служб», автор: зав.кафедрой психологии и педагогики, к.п.н., доцент Новгородцева И.В.

4.2. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

4.2.1. Основная литература

№ п/п	Наименование	Автор (ы)	Год, место издания	Кол-во экземпляров в библиотеке	Наличие в ЭБС
1	2	3	4	5	6
1.	Психология труда: учебное пособие	ред. А.В. Карпов	М.: Юрайт, 2014	10	-
2.	Психология социальной работы:	Сафонова Л. В.	М., Академия, 2012	10	-

	учебник для вузов				
--	-------------------	--	--	--	--

4.2.2. Дополнительная литература

№ п/п	Наименование	Автор (ы)	Год, место издания	Кол-во экземпляров в библиотеке	Наличие в ЭБС
1	2	3	4	5	6
1.	Психология социальной работы [Электронный ресурс]: учебник для бакалавров	Галасюк И.Н. под ред. О.В. Краснова	М.: Дашков и К, 2016	-	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»

4.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- Журнал «Вопросы психологии» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://www.voppsy.ru>.
- Научный журнал «Современные наукоемкие технологии» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=32143>.
- Московский психологический журнал [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://magazine.mospsy.ru/>.
- Научный журнал «Психологический журнал» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/psihologic.html.
- Журнал «Работник социальной службы» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://www.socialmag.info/socialserviceworker>.

4.4. Перечень информационных технологий, используемых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю), программного обеспечения и информационно-справочных систем

В учебном процессе используется лицензионное программное обеспечение:

1. Договор Microsoft Office (версия 2003) №0340100010912000035_45106 от 12.09.2012г. (срок действия договора - бессрочный),
2. Договор Microsoft Office (версия 2007) №0340100010913000043_45106 от 02.09.2013г. (срок действия договора - бессрочный),
3. Договор Microsoft Office (версия 2010) № 340100010914000246_45106 от 23.12.2014г. (срок действия договора - бессрочный).
4. Договор Windows (версия 2003) №0340100010912000035_45106 от 12.09.2012г. (срок действия договора - бессрочный)
5. Договор Windows (версия 2007) №0340100010913000043_45106 от 02.09.2013г. (срок действия договора - бессрочный),
6. Договор Windows (версия 2010) № 340100010914000246_45106 от 23.12.2014г. (срок действия договора - бессрочный),
7. Договор Антивирус Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 100-149 Node 1 year Educational Renewal License от 12.07.2018, лицензии 685B-MY\05\2018 (срок действия – 1 год).
8. Автоматизированная система тестирования Indigo Договор № Д53783/2 от 02.11.2015 (срок действия бессрочный, 1 год технической поддержки),

Обучающиеся обеспечены доступом (удаленным доступом) к современным профессиональным базам данных и информационно-справочным системам:

- 1) Научная электронная библиотека e-LIBRARY. Режим доступа: <http://www.e-library.ru/>.
- 2) Справочно-поисковая система Консультант Плюс – ООО «КонсультантКиров».

3) «Электронно-библиотечная система Кировского ГМУ». Режим доступа: <http://elib.kirovgma.ru/>.

4) ЭБС «Консультант студента» - ООО «ИПУЗ». Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru>.

5) ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - ООО «НексМедиа». Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru>.

6) ЭБС «Консультант врача» - ООО ГК «ГЭОТАР». Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/>

7) ЭБС «Айбукс» - ООО «Айбукс». Режим доступа: <http://ibooks.ru>.

4.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Наименование специализированных помещений	Номер кабинета, адрес	Оборудование, технические средства обучения, размещенные в специализированных помещениях
- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	№ 313, г. Киров, ул. К. Маркса, 137, (1 корпус)	учебная мебель, ПК, мультимедиа оборудование
учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа	№ 313, г. Киров, ул. К. Маркса, 137, (1 корпус)	учебная мебель, ПК, мультимедиа оборудование
учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	№ 313, г. Киров, ул. К. Маркса, 137, (1 корпус)	учебная мебель, ПК, мультимедиа оборудование
учебные аудитории для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации	№ 313, г. Киров, ул. К. Маркса, 137, (1 корпус)	учебная мебель, ПК, мультимедиа оборудование
помещения для самостоятельной работы	№ 313, г. Киров, ул. К. Маркса, 137, (1 корпус)	учебная мебель, ПК, мультимедиа оборудование

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду организации.

Раздел 5. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины (модуля)

Процесс изучения дисциплины предусматривает: контактную (работа на лекциях и практических занятиях) и самостоятельную работу.

Основное учебное время выделяется на самостоятельную работу.

В качестве основных форм организации учебного процесса по дисциплине выступают классические лекционные и практические занятия (с использованием интерактивных технологий обучения), а также самостоятельная работа обучающихся.

При проведении учебных занятий кафедра обеспечивает развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации в форме курса, составленного на основе результатов научных исследований, проводимых Университетом, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей.

Лекции:

Классическая лекция.

Рекомендуется при изучении всех тем. На лекциях излагаются темы дисциплины, предусмотренные рабочей программой, акцентируется внимание на наиболее принципиальных и сложных вопросах дисциплины, устанавливаются вопросы для самостоятельной проработки.

Конспект лекций является базой при подготовке к практическим занятиям, к зачету, а также для самостоятельной работы.

Изложение лекционного материала рекомендуется проводить в мультимедийной форме. Смысловая нагрузка лекции смещается в сторону от изложения теоретического материала к формированию мотивации самостоятельного обучения через постановку проблем обучения и показ путей решения профессиональных проблем в рамках той или иной темы.

Практические занятия:

Практические занятия по дисциплине проводятся с целью приобретения практических навыков в области психологии.

Практические занятия проводятся в виде собеседований, обсуждений, решения ситуационных задач, тестовых заданий.

Выполнение практической работы обучающиеся производят как в устном, так и в письменном виде, в виде презентаций.

Практическое занятие способствует более глубокому пониманию теоретического материала учебной дисциплины, а также развитию, формированию и становлению различных уровней составляющих профессиональной компетентности обучающихся.

При изучении дисциплины используется форма практических занятий: семинар традиционный по всем темам.

Самостоятельная работа:

Самостоятельная работа студентов подразумевает подготовку по всем разделам дисциплины «Психологическая профилактика синдрома эмоционального выгорания работников социальных служб» и включает написание контрольной работы, подготовку к текущему контролю, подготовку к промежуточной аттестации.

Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по дисциплине «Психологическая профилактика синдрома эмоционального выгорания работников социальных служб» и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение (в разделе СРС). Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам университета и кафедры. Написание контрольной работы способствует формированию навыков использования учебной и научной литературы, глобальных информационных ресурсов, способствует формированию клинического мышления. Работа обучающегося в группе формирует чувство коллективизма и коммуникабельность.

Исходный уровень знаний обучающихся определяется тестированием, собеседованием.

Текущий контроль освоения дисциплины проводится в форме написания контрольной работы.

В конце изучения дисциплины (модуля) проводится промежуточная аттестация с использованием тестового контроля, собеседования.

Раздел 6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) (приложение А)

Изучение дисциплины следует начинать с проработки данной рабочей программы, методических указаний, прописанных в программе, особое внимание уделяется целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Успешное изучение дисциплины требует от обучающихся посещения лекций, активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с базовыми учебниками, основной и дополнительной литературой. Лекции имеют в основном обзорный характер и нацелены на освещение наиболее трудных вопросов, а также призваны способствовать формированию навыков работы с научной литературой. Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендуемым программой.

Основным методом обучения является самостоятельная работа студентов с учебно-методическими материалами, научной литературой, Интернет-ресурсами.

Правильная организация самостоятельных учебных занятий, их систематичность, целесообразное планирование рабочего времени позволяют обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивать высокий уровень

успеваемости в период обучения, получить навыки повышения профессионального уровня.

Основной формой промежуточного контроля и оценки результатов обучения по дисциплине является зачет. На зачете обучающиеся должны продемонстрировать не только теоретические знания, но и практические навыки, полученные на практических занятиях.

Постоянная активность на занятиях, готовность ставить и обсуждать актуальные проблемы дисциплины - залог успешной работы и положительной оценки.

Подробные методические указания к практическим занятиям и внеаудиторной самостоятельной работе по каждой теме дисциплины представлены в приложении А.

Раздел 7. Оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) (приложение Б)

Оценочные средства – комплект методических материалов, нормирующих процедуры оценивания результатов обучения, т.е. установления соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

ОС как система оценивания состоит из следующих частей:

1. Перечня компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.
2. Показателей и критерий оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.
3. Типовых контрольных заданий и иных материалов.
4. Методических материалов, определяющих процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта профессиональной деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в приложении Б.

Приложение А к рабочей программе дисциплины (модуля)

**Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
«Психологическая профилактика синдрома эмоционального выгорания работников
социальных служб»**

Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа
Профиль - Социальная работа

Раздел 1. Профессиональный стресс в деятельности социального работника.

Тема 1.1: Профессиональный стресс в деятельности социального работника.

Цель: способствовать формированию системы теоретических знаний по психологии стресса.

Задачи:

1. Изучить понятие и современные концепции профессионального стресса.
2. Рассмотреть виды и причины развития профессионального стресса.
3. Сформировать представления об источниках профессионального стресса, разновидностях психологических стрессоров.

Обучающийся должен знать: понятие профессионального стресса, виды и причины развития профессионального стресса.

Обучающийся должен уметь: выделять источники развития профессионального стресса.

Обучающийся должен владеть: навыками распознавания психологических стрессоров в профессиональной деятельности.

Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся по теме:

1) *Ознакомиться с теоретическим материалом по теме занятия с использованием конспектов лекций и/или рекомендуемой учебной литературы.*

2) *Ответить на вопросы для самоконтроля.*

1) Дайте понятие профессионального стресса.

2) В чем причины развития профессионального стресса?

3) Какие существуют источники профессионального стресса?

4) Психологические стрессоры, их роль в развитии стресса.

5) Приведите примеры форм проявления стресса.

3) *Выполнить другие задания, предусмотренные рабочей программой по дисциплине.*

Составить схему «Динамика развития стрессовых состояний».

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Психология труда: учебное пособие / ред. А. В. Карпов. - М.: Юрайт, 2014.

2. Сафонова Л. В. Психология социальной работы: учебник для вузов. - М., Академия, 2012.

Дополнительная:

3. Галасюк И. Н. Психология социальной работы [Электронный ресурс]: учебник для бакалавров / под ред. О. В. Краснова. – М.: Дашков и К, 2016 (ЭБС «Университетская библиотека онлайн»).

Раздел 2. Синдром эмоционального выгорания как результат профессионального стресса.

Тема 2.1: Синдром эмоционального выгорания как результат профессионального стресса. Основы психопрофилактики и преодоления синдрома «эмоционального выгорания» в профессиональной деятельности социальных работников.

Цель: способствовать формированию системы теоретических знаний по психологии стресса.

Задачи:

1. Рассмотреть основные симптомы и стадии эмоционального выгорания.
2. Изучить социально-психологические (личностные) и профессиональные факторы риска психического выгорания.

Обучающийся должен знать: основные симптомы и стадии эмоционального выгорания

Обучающийся должен уметь: определять социально-психологические (личностные) и профессиональные факторы риска психического выгорания

Обучающийся должен владеть: навыками оценки факторов риска эмоционального выгорания.

Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся по теме:

1) *Ознакомиться с теоретическим материалом по теме занятия с использованием конспектов лекций и/или рекомендуемой учебной литературы.*

2) *Ответить на вопросы для самоконтроля.*

1) Какие понятия синдрома эмоционального выгорания существуют в современной психологии?

2) Назовите симптомы эмоционального выгорания;

3) Раскройте содержание стадии эмоционального выгорания.

4) Что характерно для стадии нервно-психического напряжения?

5) Что характерно для стадии резистенции?

6) Какими симптомами проявляется истощение психических ресурсов?

3) *Выполнить другие задания, предусмотренные рабочей программой по дисциплине.*

Составьте таблицу «Стадии эмоционального выгорания».

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Психология труда: учебное пособие / ред. А. В. Карпов. - М.: Юрайт, 2014.

2. Сафонова Л. В. Психология социальной работы: учебник для вузов. - М., Академия, 2012.

Дополнительная:

3. Галасюк И.Н. Психология социальной работы [Электронный ресурс]: учебник для бакалавров / под ред. О.В. Краснова. – М.: Дашков и К, 2016 (ЭБС «Университетская библиотека онлайн»).

Раздел 2. Синдром эмоционального выгорания как результат профессионального стресса.

Тема 2.2. Социально-психологические (личностные) и профессиональные факторы риска психического выгорания.

Цель занятия: обсудить вопросы риска психического выгорания.

Задачи:

1. Рассмотреть личностные факторы риска эмоционального выгорания.

2. Научить умению выделять факторы риска в своей профессиональной деятельности.

3. Проанализировать личностные и социальные ресурсы преодоления выгорания.

Студент должен знать: понятие профессионального стресса, виды стрессоров, формы проявления стресса, стадии и симптомы эмоционального выгорания; факторы риска выгорания.

Студент должен уметь: анализировать личностные факторы подверженности эмоциональному выгоранию.

Студент должен владеть: навыками взаимодействия с другими субъектами социальной работы, диагностики типа акцентуаций характера, составления характеристики достоинств и недостатков типа характера.

Самостоятельная аудиторная работа обучающихся по теме:

1. Ответить на вопросы по теме занятия

1. Выгорание специалистов «помогающих профессий».

2. Переживание несправедливости, социальная незащищенность, неудовлетворенность работой как риск выгорания.

3. Влияние возраста, стажа работы и удовлетворенности карьерой на выгорание. Роль факторы риска выгорания.

4. Акцентуации характера как предпосылка выгорания.

5. Организационная культура и выгорание персонала.

6. Личностные и социальные ресурсы преодоления выгорания.

2. Практическая работа.

1. Дайте характеристику труда социальных работников, указывающую на то, что они подвержены ЭВ.

2. Определите, обобщите и классифицируйте факторы риска эмоционального выгорания.

3. Рассмотрите акцентуации характера по классификации К. Леонгарда и Н. Шмишека, укажите люди с каким типом акцентуации в большей степени подвержены ЭВ, обоснуйте свой ответ.

4. Определите свой тип акцентуации по методике Шмишека, разработайте рекомендации по профилактике ЭВ для данного типа. Результаты проведенной методики представьте в виде графика и выводов.

3. Решить ситуационные задачи.

А. Ниже перечислены разнообразные характеристики поведения. Определите, людям с какими акцентуациями характера они могут быть свойственны.

Любовь к экстравагантной одежде, эскапизм, богатая экспрессия, недостаток воли, склонность к «умственной жвачке», тяга к азартным играм и риску, чувствительность, склонность к пафосу, патетика в речи, красочные сновидения, уход в себя, отсутствие эмпатии, тяга к одиночеству, бесстрастность, тревожность, консервативность, отсутствие застенчивости, осторожность, равнодушие, чувство собственной недостаточности, сильная привязанность к объекту любви, напряженность инстинктивной сферы, обжорство, повышенная сексуальность, тенденция к выбору старших по возрасту друзей, подозрительность, агрессивность, тревожная футуристическая направленность, мечтательность, «бегство в болезнь», ипохондрия, легкая раздражимость, быстрая смена настроений, ревность, утомляемость, аффективные вспышки, нетерпеливость, склонность к вере в ритуалы и амулеты, эмоциональная холодность, трусость, склонность к дисфориям, суеверность, инертность психики, брызжущая энергия, неразборчивость в выборе знакомств, домоседство, низкая работоспособность, гневливость, глубина настроений, быстрая отвлекаемость, быстрая пере-ключаемость, непрочные привязанности, необязательность, легкая адаптация к незнакомой обстановке, поиск в других «психотерапевта», маломотивированная смена настроений, тенденция к лидерству, хвастливость, хорошая интуиция, лживость, слезливость, картинные всплески «отчаяния», избегание трудностей.

Б. Попробуйте предположить, какие особенности и акцентуации характеров способствовали бы выбору и осуществлению названных видов деятельности.

Учитель математики, хирург, драматический артист, слесарь в домоуправлении, художник-абстракционист, поэт, продавец, вышибала в баре, рекламный агент, шпион, приемщик стеклотары, парикмахер, часовщик, водитель трамвая, проститутка, шоумен, портниха, фельдшер «скорой помощи», вор-карманник, философ, тренер по каратэ, клоун, ювелир, преподаватель музыки, карточный шулер, лесничий, спасатель на лодочной станции, следователь, садовод, дизайнер.

Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся по теме:

1) *Ознакомиться с теоретическим материалом по теме занятия с использованием конспектов лекций и/или рекомендуемой учебной литературы.*

2) *Ответить на вопросы для самоконтроля.*

1. Что такое организационная, или корпоративная, культура?

2. Какие функции она выполняет?

3. Назовите важнейшие элементы культуры организации.

4. Раскройте содержание модели организационной культуры Э. Шейна.

5. Типы культуры и выгорание.

3) *Проверить свои знания с использованием тестового контроля.*

А. Какая из функций корпоративной культуры является мощным стимулом к росту производительности?

Б. Какая из функций корпоративной культуры заключается в достижении общего согласия на основе объединяющего действия важнейших элементов культуры, роста сплоченности коллектива?

В. Какая из функций корпоративной культуры помогает организации выжить в условиях конкурентной борьбы?

Г. Какая из функций корпоративной культуры ведет к идентификации сотрудником себя с организацией?

Д. Благодаря какой функции корпоративной культуры усиливается вовлеченность каждого работника в дела организации?

Е. Назначение какой функции корпоративной культуры заключается в формировании у людей взглядов и отношений к смыслу жизни?

а) ценностно-образующая;

б) коммуникационная;

в) мотивирующая;

г) познавательная;

д) стабилизационная;

е) нормативно-регулирующая;

ж) инновационная.

4) *Выполнить другие задания, предусмотренные рабочей программой по дисциплине.*

Заполнить таблицу: Некоторые организационные переменные, связанные с выгоранием

Характеристики организации	Организационные аспекты	Рольевые характеристики	Персональные характеристики	Результат

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Психология труда: учебное пособие / ред. А. В. Карпов. - М.: Юрайт, 2014.
2. Сафонова Л. В. Психология социальной работы: учебник для вузов. - М., Академия, 2012.

Дополнительная:

3. Галасюк И.Н. Психология социальной работы [Электронный ресурс]: учебник для бакалавров / под ред. О.В. Краснова. – М.: Дашков и К, 2016 (ЭБС «Университетская библиотека онлайн»).

Раздел 3. Психофизиологические и психологические объективные методы исследования СЭВ.

Тема 3.1: Психофизиологические и психологические объективные методы исследования СЭВ.

Цель: получить представление о методах диагностики СЭВ.

Задачи:

1. Рассмотреть физиологические методы исследования стресса.
2. Изучить психофизиологические и психологические объективные методы исследования.
3. Проанализировать психологические методики субъективной оценки состояния и личностных характеристик.

Обучающийся должен знать: методы исследования стресса.

Обучающийся должен уметь: применять методики исследования стресса.

Обучающийся должен владеть: навыками диагностики профессионального стресса.

Самостоятельная аудиторная работа обучающихся по теме:

1. Ответить на вопросы по теме занятия.

1. Методические аспекты изучения стресса.
2. Физиологические методы исследования СЭВ.
3. Психофизиологические и психологические объективные методы исследования. Психологические методики субъективной оценки состояния и личностных характеристик.

2. Практическая работа.

1. Провести исследование некоторых показателей работы вегетативной нервной системы (ВНС): показатели состояния дыхательной системы, показатели состояния сердечно-сосудистой системы, вычисление ИФИ (КЗ) степень адаптации;

2. Провести оценку основных свойств нервной системы и эффективности психических процессов с помощью следующих методик: теппинг-тест (Е.П. Ильин); восприятие времени; исследование устойчивости, объема, распределения и переключения внимания производится с помощью «Корректирующей пробы»; определение умственной работоспособности и выявление утомляемости с помощью методики Э. Крепелина.

3. Проанализировать психологические методики субъективной оценки состояния и личностных характеристик (Шкала ситуативной (реактивной) и личностной тревожности Ч. Спилбергера в адаптации Ю. Л. Ханина; Личностной шкалой проявления тревоги Дж. Тейлор в адаптации Т. А. Немчина и В. Г. Норакидзе; экспресс-методики «Прогноз» и «Прогноз-2»; методика оперативной оценки самочувствия, активности, настроения (САН), разработанная В. А. Доскиным.

4. Написать заключения по проведению методикам, дать интегральную оценку стресса.

Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся по теме:

1) *Ознакомиться с теоретическим материалом по теме занятия с использованием конспектов лекций и/или рекомендуемой учебной литературы.*

2) *Ответить на вопросы для самоконтроля.*

- а) Раскройте содержание основных физиологических методов диагностики стресса.
- б) В чем заключаются особенности исследования биохимических показателей стресса?
- в) Дайте характеристику основным свойствам нервной системы.
- г) Выделите достоинства и недостатки психодиагностических методов.

3) *Проверить свои знания с использованием тестового контроля.*

Выберите один или несколько правильных ответов:

1. Для наблюдения характерно:

- а) невмешательство в событие;
- б) отслеживание происходящих изменений;
- в) взаимодействие с испытуемыми;
- г) относительно полный контроль переменных;
- д) возможность появления у испытуемых психологических барьеров.

2. Основной целью теста является:

- а) предварительное ознакомление с личностью испытуемого;
- б) нахождение корреляции между определенными показателями;
- в) диагностика определенных психологических особенностей испытуемого;
- г) формирование определенных качеств испытуемого.

3. Требование ограниченного распространения психодиагностических методик обосновано

- а) тем, что могут быть нарушены авторские права;
- б) тем, что профессионально выполненные методики достаточно дорого стоят;
- в) тем, чтобы избежать неправильного их применения;
- г) тем, что общество психологов является закрытым.

4. Основное, что пишется в заключении по результатам диагностики –

- а) ответы испытуемого;
- б) интерпретация и выводы;
- в) рекомендации;
- г) результаты тестирования.

4) *Выполнить другие задания, предусмотренные рабочей программой по дисциплине.*

1. Познакомиться с классификацией А. Б. Леоновой, делящей методы исследования функциональных состояний на три блока методик: 1) физиологические; 2) психологические; 3) методики субъективной оценки состояний.

2. Познакомиться с особенностями исследования биохимических показателей стресса.

3. Выписать свойства нервной системы (по Б. М. Теплову и В. Д. Небылицину).

4. Дать характеристику основным психодиагностическим методам.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Психология труда: учебное пособие / ред. А. В. Карпов. - М.: Юрайт, 2014.

2. Сафонова Л. В. Психология социальной работы: учебник для вузов. - М., Академия, 2012.

Дополнительная:

3. Галасюк И.Н. Психология социальной работы [Электронный ресурс]: учебник для бакалавров / под ред. О.В. Краснова. – М.: Дашков и К, 2016 (ЭБС «Университетская библиотека онлайн»).

Раздел 4. Основы психопрофилактики и преодоления синдрома «эмоционального выгорания» в профессиональной деятельности социальных работников.

Тема 4.1: Психопрофилактика синдрома «эмоционального выгорания» социальных работников на разных стадиях.

Цель: получить представление о психопрофилактике синдрома «эмоционального выгорания».

Задачи:

- 1. Рассмотреть модели профилактики эмоционального выгорания.
- 2. Определить способы оптимизации трудовой мотивации.
- 3. Получить представление о техниках психической саморегуляции, медитации, релаксации и мобилизации.

Обучающийся должен знать: способы оптимизации трудовой мотивации, основные техники психической саморегуляции.

Обучающийся должен уметь: осуществлять психическую саморегуляцию.

Обучающийся должен владеть: техникой релаксации и саморегуляции.

Самостоятельная аудиторная работа обучающихся по теме:

1. Ответить на вопросы по теме занятия.

- 1. Модели профилактики эмоционального выгорания.
- 2. Оптимизация трудовой мотивации как профилактика ЭВ.
- 3. Ресурсные концепции стресса и преодоления выгорания на разных стадиях СЭВ.
- 4. Техники психической саморегуляции, медитации, релаксации и мобилизации.

2. Практическая работа.

1. Проведение комплекса упражнений на обучение релаксации.

Обучение релаксации, как правило, осуществляется в три этапа. На первом (базовом) этапе

необходимо научиться целенаправленно расслаблять все мышцы в максимально удобных, комфортных условиях при отсутствии помех.

Второй этап – обучение дифференцированной релаксации во время занятия какой-либо деятельностью (при чтении, письме и т.д.).

На третьем этапе необходимо научиться отслеживать напряжение разных групп мышц при различных эмоциональных состояниях (волнении, страхе, гнев и т.д.) и при помощи мысленной команды, незаметно для окружающих, расслаблять напрягающиеся мышцы.

Процесс релаксации может считаться освоенным, если Вы будете уметь полностью освободиться от стрессового состояния, напряжения за 20-30 с.

Учеными (медиками, физиологами) разработано множество комплексов упражнений, которые позволяют в считанные минуты полноценно отдохнуть, забыть обо всех проблемах, найти нужное решение в критической ситуации.

2. Обсуждение моделей профилактики ЭВ:

А) Снижение стресса путем изменения отношения к ситуации:

1. Спросить себя: «Что меня ожидает в самом худшем случае?»

2. Приготовиться принять это как неизбежное.

3. Спокойно подумать, как изменить ситуацию.

Б) Снижение ранимости от стрессов.

В) Приемы преодолевающего поведения (копинга), основанные на рационализации и когнитивной активности:

- собрать достаточную информацию о возможности наступления стрессовых ситуаций;

- продумать способы предупреждения конкретных жизненных стрессов и опасностей, попытаться найти способы их смягчения;

- не пытаться в преддверии самого события делать поспешные умозаключения;

- осознать, что большую часть ситуаций, вызывающих стресс, человек способен решить самостоятельно;

- стремиться активно изменять ситуацию, вызывающую стресс; активный образ жизни способствует созданию в организме защитного фона против стресса, улучшая деятельность адаптационных организмов;

- понять и принять, что серьезные перемены — это неотъемлемая часть жизни;

- помнить, что стрессогенными жизненными ситуациями быстрее и лучше овладевают те, кто умеет использовать методы релаксации.

Г) Знакомство с техниками релаксации:

Антистрессовая релаксация

Мышечная релаксация Ж. Джекобсона.

Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся по теме:

1) *Ознакомиться с теоретическим материалом по теме занятия с использованием конспектов лекций и/или рекомендуемой учебной литературы.*

2) *Ответить на вопросы для самоконтроля.*

1. Дайте понятие «социальная поддержка», опишите ее разновидности.

2. Какие три психологических ресурса, помогающих человеку в преодолении трудных жизненных ситуаций, выделил Э. Фромм.

3. Г. Селье выделял поверхностную и глубокую адаптационную энергию, в чем их различие?

4. Дайте характеристику основных копинг-стратегий.

3) *Выполнить другие задания, предусмотренные рабочей программой по дисциплине.*

1. Выписать определение «ресурсов», «человеческие ресурсы», «личностные ресурсы», «информационные» и «инструментальные», «материальные» ресурсы.

2. Рассмотреть и законспектировать виды адаптационных ресурсов по Г. Селье, Э. Фромму,

3. Познакомиться с понятием «социальная поддержка» по Б. Г. Ананьеву.

4. Изучить классификацию типов ресурсов преодоления по С. Лазарусу.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Психология труда: учебное пособие / ред. А. В. Карпов. - М.: Юрайт, 2014.

2. Сафонова Л. В. Психология социальной работы: учебник для вузов. - М., Академия, 2012.

Дополнительная:

3. Галасюк И.Н. Психология социальной работы [Электронный ресурс]: учебник для бакалавров / под ред. О.В. Краснова. – М.: Дашков и К, 2016 (ЭБС «Университетская библиотека онлайн»).

Раздел 4. Основы психопрофилактики и преодоления синдрома «эмоционального выгорания» в профессиональной деятельности социальных работников.

Тема 4.2: Саморегуляция эмоциональных состояний социальных работников.

Цель: получить представление о психопрофилактике синдрома «эмоционального выгорания» и методах саморегуляции.

Задачи:

1. Рассмотреть классификацию методов психической саморегуляции.
2. Познакомиться с правилами эмоционального поведения.
3. Получить представление о способах управления нервно-психической напряженностью и настроением, способах управления психическим состоянием с помощью переключения внимания.

Обучающийся должен знать: классификацию методов психической саморегуляции, основные техники психической саморегуляции.

Обучающийся должен уметь: осуществлять психическую саморегуляцию.

Обучающийся должен владеть: техникой релаксации и саморегуляции.

1. Ответить на вопросы по теме занятия.

1. Классификация методов психической саморегуляции.
2. Правила эмоционального поведения.
3. Управление нервно-психической напряженностью и настроением. Управление психическим состоянием с помощью переключения внимания.
4. Навыки психической саморегуляции как внутренний ресурс работников социальных служб.

2. Практическая работа.

Знакомство с правилами эмоционального поведения, предложенными В. В. Бойко.

По мнению автора, существуют три главных условия, когда эмоции помогают исполнению профессиональных обязанностей в социальных профессиях и снижают риск выгорания.

1. Адекватность эмоций и переживаний, понимаемая как их соответствие смыслу внешних воздействий и оправданность в данных обстоятельствах.
2. Экономичность в проявлении эмоций, связанная с наименьшими затратами физических и психических ресурсов при разрешении сложной или критической ситуации.
3. Коммуникабельность как способность производить благоприятное впечатление на партнеров по коммуникации, располагать к общению и вызывать доверие.

В связи с этим В. В. Бойко сформулировал следующие правила эмоционального поведения, помогающие добиться успешного эмоционального режима без последствий выгорания. Рассмотрим некоторые из них.

1. Проявлять заботу о привлекательности своего внешнего облика, который отражает состояние психического здоровья — интеллектуального, эмоционального, нравственного и волевого.
 2. Преодолевать двойственность и неопределенность выражения (экспрессии) эмоций при общении с реципиентами.
 3. Не перегружать эмоции энергией и смыслом.
 4. Проявлять экспрессию в коммуникабельной форме, располагающей к доверию и эффективному взаимодействию с деловыми партнерами (коллегами, пациентами, клиентами).
 5. Устранять причины, которые мешают устанавливать эмоциональные контакты с другими людьми.
 6. Отслеживать смысловое содержание передаваемых эмоций
- В. В. Бойко предлагает проанализировать личностный компонент своих эмоций.
7. Экономно расходовать эмоционально-энергетические ресурсы.
 8. Привлечь воображение для ситуативного эмоционального дистанцирования от агрессивных людей, сохраняя при этом уважительное отношение к проблемам и личности другого человека.
 9. Использовать техники конструктивного поведения для снижения эмоциональной напряженности.
 10. Не прибегать к агрессии и раздражительности в качестве психологической защиты при общении с трудными людьми.
2. Обсуждение способов избавления от раздражительности по Н. В. Самоукиной
- Следить за своим настроением.
- Замедлиться.
- Найти свой средний жизненный темп.
- Время от времени делать небольшой перерыв в делах.
3. Проведение техники рефрейминга (переформулирования) проблем.
- Вместо того, чтобы непосредственно «атаковать» проблему, отступите и изучите «карту» («картину»), в которую она «впечатана». Расширьте и видоизмените точку обзора своей проблемы.
 - Перечислите (откройте или создайте) пути и средства, при которых содержание проблемы может

стать ценным, выгодным или удобным.

- Определите вашу собственную вторичную выгоду от существующей проблемы. Что оправдывает эта проблема? Что объясняет? Для чего она вам (чтобы быть/делать/иметь или наоборот)? Какая польза вам от этого «наоборот» (не быть/не давать/не иметь)? Если эти условия выгоды и пользы исчезнут, с чем вам еще придется справляться?

- Теперь определите свою собственную цель в рефрейминге: что вы хотите получить от переформулирования проблемы? И осуществляйте рефрейминг до тех пор, пока вы это не получите.

4. Проведение упражнения на развитие позитивного мышления.

5. Телесно-ориентированный тренинг: упражнения на снятие излишнего напряжения.

Цель: Предлагаемые упражнения позволяют прочувствовать свое тело, осознать степень его напряжения, гармонизируют психофизические функции.

Упражнение «Броуновское движение».

Упражнение «Моечная машина».

Упражнение «Растем».

6. Медитация.

Цель: снятие эмоционального напряжения, умение останавливать поток мыслей.

Упражнение «Концентрация на счете».

Упражнение «Концентрация на нейтральном предмете».

Упражнение «Сосредоточение на эмоциях и настроении».

Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся по теме:

1) *Ознакомиться с теоретическим материалом по теме занятия с использованием конспектов лекций и/или рекомендуемой учебной литературы.*

2) *Ответить на вопросы для самоконтроля.*

1. Какие три группы приемов саморегуляции выделял Пуни?

2. С помощью каких методов осуществляется управление нервно-психической напряженностью и настроением?

3. Назовите особенности управления психическим состоянием с помощью переключения внимания.

4. Опишите технику принятия решений и действий в кризисных ситуациях.

3) *Выполнить другие задания, предусмотренные рабочей программой по дисциплине.*

1. Выпишите приемы саморегуляции по А. Ц. Пуни.

2. Приведите примеры психотехник, помогающих справиться со стрессом:

контроль внешних проявлений эмоций, управление нервно-психической напряженностью и настроением.

3. Познакомьтесь с основами управления психическим состоянием с помощью переключения внимания.

4. Найдите в литературе примеры позитивных пословиц и афоризмов, стимулирующих конструктивный копинг.

5. Опишите технику принятия решений и действий в кризисных ситуациях.

6. В течение недели заполняйте дневник стресса и выгорания.

Дневник стресса и выгорания

Ситуации или события, вызывающие негативные («разрушающие») переживания Выявление
иррациональных идей или убеждений, лежащих в основе переживаний Поиск

конструктивного копинга: позитивного или рационального преобразования убеждений и поведения.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Психология труда: учебное пособие / ред. А. В. Карпов. - М.: Юрайт, 2014.

2. Сафонова Л. В. Психология социальной работы: учебник для вузов. - М., Академия, 2012.

Дополнительная:

3. Галасюк И.Н. Психология социальной работы [Электронный ресурс]: учебник для бакалавров / под ред. О.В. Краснова. – М.: Дашков и К, 2016 (ЭБС «Университетская библиотека онлайн»).

Кафедра психологии и педагогики

Приложение Б к рабочей программе дисциплины

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся
по дисциплине

**«Психологическая профилактика синдрома эмоционального выгорания работников
социальных служб»**

Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа
Профиль - Социальная работа

**1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения
образовательной программы**

Код и содержание компетенции	Индикатор достижения компетенции	Результаты обучения			Разделы дисциплины, при освоении которых формируется компетенция	Номер семестра, в котором формируется компетенция
		<i>Знать</i>	<i>Уметь</i>	<i>Владеть</i>		
ПК-8 Способен осуществлять организационно-управленческую деятельность в подразделениях организаций, реализующих социальные услуги и меры социальной поддержки	ИД ПК 8.5. Осуществляет супервизию, направленную на выявление и решение проблем при вхождении в должность и осуществлении профессиональной деятельности специалиста в подразделении, профилактику профессиональной деформации и выгорания, осуществляет мероприятия по повышению квалификации и сотрудников подразделен	Особенности и причины формирования личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	Использовать психолого-педагогические знания при составлении рекомендаций по предупреждению и профилактике личной профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	Навыками психической саморегуляции, методами диагностики личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	<i>Раздел 1.</i> Профессиональный стресс в деятельности социального работника <i>Раздел 2.</i> Синдром эмоционального выгорания как результат профессионального стресса <i>Раздел 3.</i> Психофизиологические и психологические объективные методы исследования СЭВ <i>Раздел 4</i> Основы психопрофилактики и преодоления синдрома «эмоционального выгорания» в профессиональной	<i>10 семестр</i>

	ия				деятельности социальных работников	
--	----	--	--	--	--	--

2. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Показатели оценивания	Критерии и шкалы оценивания				Оценочное средство	
	не зачтено	зачтено	зачтено	зачтено	для текущего контроля	для промежуточной аттестации
ПК-8 Способен осуществлять организационно-управленческую деятельность в подразделениях организаций, реализующих социальные услуги и меры социальной поддержки						
ИД ПК 8.5. Осуществляет супервизию, направленную на выявление и решение проблем при вхождении в должность и осуществлении профессиональной деятельности специалистов подразделения, профилактику профессиональной деформации и выгорания, осуществляет мероприятия по повышению квалификации сотрудников подразделения						
Знать	Фрагментарные знания особенностей и причин формирования личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	Общие, но не структурированные знания особенностей и причин формирования личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания особенностей и причин формирования личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	Сформированные систематические знания особенностей и причин формирования личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	Контрольная работа	Тестирование, собеседование
Уметь	Частично освоенное умение использовать психолого-педагогические знания при составлении рекомендаций по предупреждению и профилактике профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	В целом успешное, но не систематически осуществляемое умение использовать психолого-педагогические знания при составлении рекомендаций по предупреждению и профилактике профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы умение использовать психолого-педагогические знания при составлении рекомендаций по предупреждению и профилактике профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	Сформированное умение использовать психолого-педагогические знания при составлении рекомендаций по предупреждению и профилактике профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	Контрольная работа	Тестирование, собеседование
Владеть	Фрагментарное применение навыков психической саморегуляции,	В целом успешное, но не систематическое применение	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы	Успешное и систематическое применение навыков психической	Контрольная работа	Тестирование, собеседование

методами диагностики личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	навыков психической саморегуляции, методами диагностики личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	применение навыков психической саморегуляции, методами диагностики личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»	саморегуляции, методами диагностики личной, профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»		
---	--	---	--	--	--

3. Типовые контрольные задания и иные материалы

3.1. Примерные вопросы к зачету, критерии оценки (ПК-8)

1. Теоретические подходы к изучению феномена эмоционального выгорания
2. Повышение стрессоустойчивости как фактор успешности в профессиональной деятельности.
3. Методы саморегуляции в профессиональной деятельности социальных работников
4. Способы защиты от стресса в профессиональной деятельности социального работника.
5. Факторы, инициирующие возникновение синдрома эмоционального выгорания
6. Симптомы эмоционального выгорания
7. Эмоциональное выгорание как стресс
8. Возможные меры профилактики синдрома эмоционального выгорания.
9. Психолого-педагогические рекомендации по профилактике и коррекции синдрома эмоционального выгорания
10. Психологическая профилактика эмоционального выгорания лиц, занятых в профессиях социального типа
11. Синдром эмоционального выгорания как риск, связанный с деятельностью в социальной работе
12. Методы предотвращения и профилактики синдрома эмоционального сгорания
13. Понятие о состоянии монотонии, состоянии психического пресыщения и «эмоционального выгорания».
14. Динамика профессионального стресса.

Критерии оценки:

Оценка «зачтено» выставляется обучающемуся если он обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, усвоил основную и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой; усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала; владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении ситуационных заданий, безошибочно ответил на основной и дополнительные вопросы на зачете.

Оценка «не зачтено» выставляется обучающемуся если он обнаружил пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки при ответе на основной и дополнительные вопросы; не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации без дополнительных занятий по дисциплине.

3.2. Примерные тестовые задания, критерии оценки

1 уровень:

1. Выберите наиболее корректное определение психологического стресса: **(ПК-8)**
 - а) неспецифическая реакция организма на действующие на него раздражители;
 - б) воздействие на человека травмирующих событий, которые вызывают невротизацию;
 - в) негативные последствия, возникающие у человека в результате субъективного отражения и переживания значимой ситуации;
 - г) вегетативные реакции на внешние раздражители.
2. В психологической модели стресса основной характеристикой раздражителя является: **(ПК-8)**

- а) длительность;
б) интенсивность;
в) значимость;
г) подпороговый уровень.
3. Совокупность неспецифических адаптационных (нормальных) реакций организма на воздействие различных неблагоприятных факторов, называется: (ПК-8)
- а) конфликт
б) стресс
в) болезнь
г) здоровье
4. Синдром эмоционального выгорания это следствие: (ПК-8)
- а) профессиональной некомпетентности;
б) неуверенности в себе;
в) чрезмерной впечатлительности и высокой самоотдачи;
г) однообразной и монотонной работы.
5. Тревога это эмоция, которая: (ПК-8)
- а) связана с переживанием текущих неприятностей;
б) сопровождает переживание любого жизненного события;
в) направлена в будущее и связана с предвосхищением возможных неудач;
г) связана с реальной опасностью.
6. Ощущение работником бессилия, отсутствия смысла деятельности, одиночества, дезориентация и негативное отношение к работе, рабочей группе или организации: (ПК-8)
- а) отчуждение;
б) дезадаптация;
в) демотивация;
г) интеграция.
7. Поведенческий тип А «является фактором риска»: (ПК-8)
- а) желудочно-кишечных заболеваний;
б) злокачественных новообразований;
в) нарушений дыхательной системы;
г) сердечно-сосудистых заболеваний.
8. При анализе психологического стресса важно учитывать следующие факторы, кроме: (ПК-8)
- а) личностных особенностей;
б) объективной сущности психологической трудности;
в) значимости ситуации;
г) интеллектуальных процессов.
9. Функция корпоративной культуры, которая заключается в формировании у людей взглядов и отношений к смыслу жизни: (ПК-8)
- а) ценностно-образующая;
б) коммуникационная;
в) мотивирующая;
г) познавательная;
д) стабилизационная;
е) нормативно-регулирующая;
ж) инновационная.
10. Для наблюдения характерно: (ПК-8)
- а) невмешательство в событие;
б) отслеживание происходящих изменений;
в) взаимодействие с испытуемыми;
г) относительно полный контроль переменных;
д) возможность появления у испытуемых психологических барьеров.
11. Основной целью теста является: (ПК-8)
- а) предварительное ознакомление с личностью испытуемого;
б) нахождение корреляции между определенными показателями;
в) диагностика определенных психологических особенностей испытуемого;
г) формирование определенных качеств испытуемого.
12. Требование ограниченного распространения психодиагностических методик обосновано: (ПК-8)
- а) тем, что могут быть нарушены авторские права;
б) тем, что профессионально выполненные методики достаточно дорого стоят;
в) тем, чтобы избежать неправильного их применения;
г) тем, что общество психологов является закрытым.

13. Основное, что пишется в заключении по результатам диагностики: **(ПК-8)**
- а) ответы испытуемого;
 - б) интерпретация и выводы;**
 - в) рекомендации;
 - г) результаты тестирования.
14. Расположите стадии стресса (по Г.Селье) в соответствии с последовательностью их наступления: **(ПК-8)**
- а) стадия истощения - 3;
 - б) стадия тревоги - 1;
 - в) стадия сопротивления - 2.
15. Путь выхода из конфликта, при котором каждый из участников спора идет на определенные уступки, тем самым достигается более или менее приемлемое разрешение спорного вопроса: **(ПК-8)**
- а) сотрудничество;
 - б) компромисс;**
 - в) уход;
 - г) сглаживание.
16. Путь выхода из конфликта, предполагает борьбу между оппонентами, каждый из них отстаивает свою позицию, и не желает уступать сопернику ни при каких обстоятельствах: **(ПК-8)**
- а) сотрудничество;
 - б) компромисс;
 - в) соперничество;**
 - г) сглаживание.
17. Механизм психологической защиты, при котором происходит заимствование у окружающих отдельных позитивных аспектов личности, с которыми индивидуум отождествляет себя, называется: **(ПК-8)**
- а) регрессия;
 - б) проекция;
 - в) изоляция;
 - г) идентификация.**
18. Механизм психологической защиты, при котором происходит приписывание другим своих неприемлемых для себя чувств, желаний, намерений, мыслей с отрицанием их у себя, называется: **(ПК-8)**
- а) регрессия;
 - б) проекция;**
 - в) сублимация;
 - г) идентификация.
19. Механизм психологической защиты, при котором происходит объяснение субъектом своих поступков или поступков других людей удобным для себя, успокаивающим, но не соответствующим действительности образом, называется: **(ПК-8)**
- а) регрессия;
 - б) проекция;
 - в) сублимация;
 - г) рационализация.**
20. Рефлексивное модулирование конфликтогенных когниций называется: **(ПК-8)**
- а) регрессия;
 - б) проекция;
 - в) интеллектуализация;**
 - г) идентификация.
21. Функция общения, отвечающая за взаимодействие при совместной деятельности, называется: **(ПК-8)**
- а) побудительная
 - б) информационная
 - в) координационная**
 - г) эмотивная
22. Функция общения, отвечающая за передачу каких-либо данных другому человеку при поступившем от него запросе, называется: **(ПК-8)**
- а) побудительная;
 - б) информационная;**
 - в) координационная;
 - г) эмотивная.
- 2 уровень
1. Установите соответствие **(ПК-8)**

1. Напряжение	Б. Деперсонализация
2. Резистентности	А. Переживание психотравмирующих обстоятельств
3. Истощение	В. Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование

Ответ: 1 – А, 2 – В, 3 – Б

2. Установите соответствие (ПК-8)

1. Стадия напряжения	Б. Эмоциональный дефицит
2. Стадия резистентности	А. Ощущение загнанности в клетку
3. Стадия истощения	В. Расширение сферы экономии эмоций

Ответ: 1 – А, 2 – В, 3 – Б

3. Установите соответствие (ПК-8)

1. Планирование будущих действий	Б. Попытки разрешить сложную ситуацию через конфликты, упорное отстаивание собственных интересов и враждебность. Используя эту стратегию в конфликтной ситуации, индивидуум испытывает трудности с планированием и часто плохо представляет последствия своих действий
2. Конфронтационная стратегия	А. Копинг-стратегия, направленная на решение проблемы, критический анализ ситуации, разнообразные предпринятые усилия
3. Дистанцирование от проблемы	В. Отдаление от ситуации, уменьшение ее значимости при помощи разных способов.

Ответ: 1 – А, 2 – Б, 3 – В

4. Установите соответствие (ПК-8)

1. Перцептивная сторона общения	Б. заключается в организации взаимодействия между людьми. Например, нужно согласовать действия, распределить функции или повлиять на настроение, поведение, убеждения собеседника
2. Коммуникативная сторона общения	А. Состоит в обмене информацией между людьми
3. Интерактивная сторона общения	В. Включает процесс восприятия друг друга партнерами по общению и установление на этой основе взаимопонимания.

Ответ: 1 – В, 2 – А, 3 – Б

5. Установите соответствие (ПК-8)

1. Стресс	Б. специфическая форма взаимодействия человека с другими людьми как членами общества
2. Конфликт	А. проявлении неспецифического ответа организма на любой раздражитель
3. Общение	В. столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений, взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия, связанных с общими негативными эмоциональными переживаниями

Ответ: 1 – А, 2 – В, 3 – Б

3 уровень

1. (ПК-8)

Пациент выставляет напоказ близким и окружающим свои страдания и переживания с целью полностью завладеть их вниманием. Требуется исключительной заботы о себе. Разговоры окружающих быстро переводятся на себя, свои страдания. В других людях, также требующих внимания и заботы,

видят только неких конкурентов, относятся к ним неприязненно. Постоянно желание показать свое особое положение, исключительность в болезни. Этот тип реагирования на заболевание иногда обозначают истерическим, поскольку основным мотивом поведения человека становится привлечение к собственной персоне внимания окружающих. «Бегство в болезнь» или «уход в болезнь» используется для упреков и шантажа окружающих. Жалобы описываются большими очень красочно и сопровождаются манерной жестикуляцией, а также разнообразной и выраженной мимикой. Эмоции носят часто гротескный характер.

Контрольный вопрос: Определите тип психологического реагирования на заболевание

Варианты ответов:

- а) гармоничный
- б) эйфорический
- в) эргопатический
- г) паранойяльный
- д) обсессивно-фобический
- е) эгоцентрический.

Ответ: е

2. (ПК-8)

Для пациента характерна тревожная мнительность, прежде всего, касающаяся опасений нереальных, маловероятных осложнений болезни, неудач лечения, а также возможных, но малообоснованных неудач в жизни, работе, семейной ситуации в связи с болезнью. Воображаемые опасности волнуют более, чем реальные. Защитой от тревог часто становятся приметы и ритуалы. При данном типе психологического типа реагирования на болезнь доминируют навязчивые мысли, опасения и особенно ритуалы. Пациент становится суеверным. Он придает особое значение мелочам, которые превращаются для него в своеобразные символы. Например, расценивает шансы своего излечения в зависимости от того, в каком порядке войдут в его палату врач и медицинская сестра; от того, троллейбус какого маршрута подойдет к остановке раньше. Невротические ритуалы связаны с повышенной тревожностью пациента и направлены на защиту от них

Контрольный вопрос: Определите тип психологического реагирования на заболевание

Варианты ответов:

- а) гармоничный
- б) эйфорический
- в) эргопатический
- г) паранойяльный
- д) обсессивно-фобический
- е) эгоцентрический.

Ответ: д

3. (ПК-8)

Для пациента характерна тревожная мнительность, прежде всего, касающаяся опасений нереальных, маловероятных осложнений болезни, неудач лечения, а также возможных, но малообоснованных неудач в жизни, работе, семейной ситуации в связи с болезнью. Воображаемые опасности волнуют более, чем реальные. Защитой от тревог часто становятся приметы и ритуалы. При данном типе психологического типа реагирования на болезнь доминируют навязчивые мысли, опасения и особенно ритуалы. Пациент становится суеверным. Он придает особое значение мелочам, которые превращаются для него в своеобразные символы. Например, расценивает шансы своего излечения в зависимости от того, в каком порядке войдут в его палату врач и медицинская сестра; от того, троллейбус какого маршрута подойдет к остановке раньше. Невротические ритуалы связаны с повышенной тревожностью пациента и направлены на защиту от них

Контрольный вопрос: Определите тип психологического реагирования на заболевание

Варианты ответов:

- а) гармоничный
- б) эйфорический
- в) эргопатический
- г) паранойяльный
- д) обсессивно-фобический
- е) эгоцентрический.

Ответ: д

Критерии оценки:

- «зачтено» - не менее 71% правильных ответов;
- «не зачтено» - 70% и менее правильных ответов.

3.3. Примерные задания для выполнения контрольных работ, критерии оценки

Примерная тематика контрольных работ **(ПК-8)**

1. Теоретические подходы к изучению феномена эмоционального выгорания
2. Повышение стрессоустойчивости как фактор успешности в профессиональной деятельности.
3. Методы саморегуляции в профессиональной деятельности социальных работников
4. Способы защиты от стресса в профессиональной деятельности социального работника.
5. Факторы, инициирующие возникновение синдрома эмоционального выгорания
6. Симптомы эмоционального выгорания
7. Эмоциональное выгорание как стресс
8. Возможные меры профилактики синдрома эмоционального выгорания.
9. Психолого-педагогические рекомендации по профилактике и коррекции синдрома эмоционального выгорания
10. Психологическая профилактика эмоционального выгорания лиц, занятых в профессиях социального типа
11. Синдром эмоционального выгорания как риск, связанный с деятельностью в социальной работе
12. Методы предотвращения и профилактики синдрома эмоционального сгорания
13. Понятие о состоянии монотонии, состоянии психического пресыщения и «эмоционального выгорания».
14. Динамика профессионального стресса.

Критерии оценки:

«зачтено» – обоснована актуальность проблемы и темы, содержание соответствует теме и плану, полно и глубоко раскрыты основные понятия проблемы, обнаружено достаточное владение терминологией, продемонстрировано умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал, умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы, к анализу привлечены новейшие работы по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.), полностью соблюдены требования к оформлению реферата, грамотность и культура изложения материала на высоком уровне.

«не зачтено» – не обоснована или слабо обоснована актуальность проблемы и темы, содержание не соответствует теме и плану, обнаружено недостаточное владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы, не продемонстрировано умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал, умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы, использован очень ограниченный круг литературных источников по проблеме, не соблюдены требования к оформлению, отсутствует грамотность и культура изложения материала.

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта профессиональной деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

4.1. Методика проведения тестирования

Целью этапа промежуточной аттестации по дисциплине (модулю), проводимой в форме тестирования, является оценка уровня усвоения обучающимися знаний, приобретения умений, навыков и сформированности компетенций в результате изучения учебной дисциплины (части дисциплины).

Локальные нормативные акты, регламентирующие проведение процедуры:

Проведение промежуточной аттестации обучающихся регламентируется Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, введенным в действие приказом от 08.02.2018 № 61-ОД.

Субъекты, на которых направлена процедура:

Процедура оценивания должна охватывать всех обучающихся, осваивающих дисциплину (модуль). В случае, если обучающийся не проходил процедуру без уважительных причин, то он считается имеющим академическую задолженность.

Период проведения процедуры:

Процедура оценивания проводится по окончании изучения дисциплины (модуля) на последнем занятии. В случае проведения тестирования на компьютерах время и место проведения тестирования преподаватели кафедры согласуют с информационно-вычислительным центром и доводят до сведения обучающихся.

Требования к помещениям и материально-техническим средствам для проведения процедуры:

Требования к аудитории для проведения процедуры и необходимость применения специализированных материально-технических средств определяются преподавателем.

Требования к кадровому обеспечению проведения процедуры:

Процедуру проводит преподаватель, ведущий дисциплину (модуль).

Требования к банку оценочных средств:

До начала проведения процедуры преподавателем подготавливается необходимый банк тестовых заданий. Преподаватели кафедры разрабатывают задания для тестового этапа зачёта, утверждают их на заседании кафедры и передают в информационно-вычислительный центр в электронном виде вместе с копией рецензии. Минимальное количество тестов, составляющих фонд тестовых заданий, рассчитывают по формуле: трудоемкость дисциплины в з.е. умножить на 50.

Тесты включают в себя задания 3-х уровней:

- ТЗ 1 уровня (выбрать все правильные ответы)
- ТЗ 2 уровня (соответствие, последовательность)
- ТЗ 3 уровня (ситуационная задача)

Соотношение заданий разных уровней и присуждаемые баллы

	Вид промежуточной аттестации
	зачет
Количество ТЗ 1 уровня (выбрать все правильные ответы)	18
Кол-во баллов за правильный ответ	2
Всего баллов	36
Количество ТЗ 2 уровня (соответствие, последовательность)	8
Кол-во баллов за правильный ответ	4
Всего баллов	32
Количество ТЗ 3 уровня (ситуационная задача)	4
Кол-во баллов за правильный ответ	8
Всего баллов	32
Всего тестовых заданий	30
Итого баллов	100
Мин. количество баллов для аттестации	70

Описание проведения процедуры:

Тестирование является обязательным этапом зачёта/экзамена независимо от результатов текущего контроля успеваемости. Тестирование может проводиться на компьютере или на бумажном носителе.

Тестирование на бумажном носителе:

Каждому обучающемуся, принимающему участие в процедуре, преподавателем выдается бланк индивидуального задания. После получения бланка индивидуального задания обучающийся должен выбрать правильные ответы на тестовые задания в установленное преподавателем время.

Обучающемуся предлагается выполнить 30 тестовых заданий разного уровня сложности на зачете. Время, отводимое на тестирование, составляет не более одного академического часа на зачете.

Тестирование на компьютерах:

Для проведения тестирования используется программа INDIGO. Обучающемуся предлагается выполнить 30 тестовых заданий разного уровня сложности на зачете. Время, отводимое на тестирование, составляет не более одного академического часа на зачете.

Результаты процедуры:

Результаты тестирования на компьютере или бумажном носителе имеют качественную оценку «зачтено» – «не зачтено». Оценки «зачтено» по результатам тестирования являются основанием для допуска обучающихся к собеседованию. При получении оценки «не зачтено» за тестирование обучающийся к собеседованию не допускается и по результатам промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) выставляется оценка «не зачтено».

Результаты проведения процедуры в обязательном порядке проставляются преподавателем в зачётные ведомости в соответствующую графу.

4.2.Методика проведения устного собеседования

Целью процедуры промежуточной аттестации по дисциплине (модулю), проводимой в форме устного собеседования, является оценка уровня усвоения обучающимися знаний, приобретения умений, навыков и сформированности компетенций в результате изучения учебной дисциплины (части дисциплины).

Локальные нормативные акты, регламентирующие проведение процедуры:

Проведение промежуточной аттестации обучающихся регламентируется Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, введенным в действие приказом 08.02.2018 № 61-ОД.

Субъекты, на которые направлена процедура:

Процедура оценивания должна охватывать всех обучающихся, осваивающих дисциплину (модуль). В случае, если обучающийся не проходил процедуру без уважительных причин, то он считается имеющим академическую задолженность.

Период проведения процедуры:

Процедура оценивания проводится по окончании изучения дисциплины (модуля) в соответствии с расписанием учебных занятий.

Требования к помещениям и материально-техническим средствам для проведения процедуры:

Требования к аудитории для проведения процедуры и необходимость применения специализированных материально-технических средств определяются преподавателем.

Требования к кадровому обеспечению проведения процедуры:

Процедуру проводит преподаватель, ведущий дисциплину (модуль), как правило, проводящий занятия лекционного типа.

Требования к банку оценочных средств:

До начала проведения процедуры преподавателем подготавливается необходимый банк оценочных материалов для оценки знаний, умений, навыков. Банк оценочных материалов включает вопросы, как правило, открытого типа, перечень тем, выносимых на опрос, типовые задания. Из банка оценочных материалов формируются печатные бланки индивидуальных заданий (билеты). Количество вопросов, их вид (открытые или закрытые) в бланке индивидуального задания определяется преподавателем самостоятельно.

Описание проведения процедуры:

Каждому обучающемуся, принимающему участие в процедуре, преподавателем выдается бланк индивидуального задания. После получения бланка индивидуального задания и подготовки ответов обучающийся должен в меру имеющихся знаний, умений, навыков, сформированности компетенции дать устные развернутые ответы на поставленные в задании вопросы и задания в установленное преподавателем время. Продолжительность проведения процедуры определяется преподавателем самостоятельно, исходя из сложности индивидуальных заданий, количества вопросов, объема оцениваемого учебного материала, общей трудоемкости изучаемой дисциплины (модуля) и других факторов.

Собеседование может проводиться по вопросам билета и (или) по ситуационной(ым) задаче(ам). Результат собеседования при проведении промежуточной аттестации в форме зачета определяется оценками «зачтено», «не зачтено».

Результаты процедуры:

Результаты проведения процедуры в обязательном порядке проставляются преподавателем в зачетные книжки обучающихся и зачетные ведомости и представляются в деканат факультета, за которым закреплена образовательная программа.

По результатам проведения процедуры оценивания преподавателем делается вывод о результатах промежуточной аттестации по дисциплине.

4.3.Методика проведения контрольной работы

Работа выполняется путем компьютерного набора текста, объем работы – 10-12 страниц, включая титульный лист и список литературы. Текст печатается только с одной стороны листа, при предоставлении преподавателю работа прошивается.

Работа выполняется в шрифте Times New Roman, размер 14, междустрочный интервал 1,5. Размеры полей: верхнее/нижнее 2 см, левое 3, правое 1,5.

Все страницы нумеруются по порядку от титульного листа до последней страницы. Титульный лист считается, но не нумеруется. Вторая страница - содержание, где пишется план работы с указанием страниц.

Работа состоит из титульного листа, плана (оглавления), краткого введения, основной части, заключения и списка использованной литературы. Основная часть делится на 2-3 раздела, раскрывающих определенные аспекты темы, каждый раздел может состоять из 2-3 пунктов.

Работа завершается списком использованной литературы, который должен включать фундаментальные работы по теме и последние публикации (не менее 5 наименований). Список оформляется в соответствии с «Правилами библиографического описания источников».

Содержание работы должно точно соответствовать заявленной теме и раскрывать ее.

В кратком введении к работе должна быть обоснована актуальность выбранной темы и сформулированы конкретные цели и задачи, т.е. вопросы, на которые автор дает ответы в своей работе.

Разделы работы должны раскрывать отдельные аспекты темы, не допускается дословное совпадение темы реферата и одного из разделов; проблемы, раскрываемые в каждом разделе работы, не должны выходить за пределы темы реферата, которая определяет исследовательское поле. Каждый раздел работы должен завершаться промежуточными выводами, которые позволят сформулировать выводы по работе в целом.

Реферативная работа предполагает изучение не только учебной, но и научной литературы.

В заключении автор формулирует выводы по работе. Они не должны иметь отвлеченного характера, а содержать конкретные положения, подтвержденные текстом основной части. В заключении допускается резюмирование промежуточных выводов по разделам.