

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.**