МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
імені адмірала Макарова

**НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ ІНСТИТУТ ІМЕНІ В.О. СУХОМЛИНСЬКОГО**
(повна назва підрозділу)

**КАФЕДРА ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ**
(повна назва кафедри)

**ЗАТВЕРДЖЕНО**
Проректор із науково-педагогічної роботи
Сергій Слободян

***РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ***
**Program of the Discipline**

# *ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ*
# PSYCHOLOGY OF PROFESSIONAL BURNOUT

рівень вищої освіти другий (магістерський)

тип дисципліни вибіркова

мова викладання українська

**Миколаїв – 2025**

Робоча програма навчальної дисципліни «Психологія професійного вигорання» є вибірковою у підготовці здобувачів вищої освіти ступеня магістр

«1» жовтня 2025 р. 17 с.

Розробник: *Михальченко Наталія Вячеславівна, кандидат психологічних наук, професор кафедри початкової освіти.*

*Проєкт* робочої програми навчальної дисципліни *«Психологія професійного вигорання»* розглянуто на засіданні кафедри початкової освіти
Протокол № 2 від «08» жовтня 2025 р.

*Завідувач кафедри* *Світлана Якименко*

*Проєкт* робочої програми навчальної дисципліни *«Психологія професійного вигорання»* розглянуто Науково-методичною комісією Навчально-наукового педагогічного інституту імені В.О. Сухомлинського
Протокол № 1 від «11» жовтня 2025 р.

*Голова* *Людмила Хрящевська*

*Проєкт* робочої програми навчальної дисципліни *«Психологія професійного вигорання»* погоджено з навчальним відділом

*Начальник відділу* *Андрій Лабарткава*

Робочу програму навчальної дисципліни *«Психологія професійного вигорання»* затверджено Навчально-методичною радою НУК
Протокол № 8 від «29» жовтня 2025 р.

*Голова НМР НУК* *Сергій Слободян*

© НУК, 2025
© Михальченко Н.В., 2025

**ЗМІСТ**

*Вступ* ..... *4*
*1. Опис навчальної дисципліни* ..... *5*
*2. Мета вивчення навчальної дисципліни* ..... *6*
*3. Передумови для вивчення дисципліни* ..... *6*
*4. Програма навчальної дисципліни* ..... *6*
*5. Методи навчання. Засоби діагностики результатів навчання та методів їхнього демонстрування* ..... *13*
*6. Форми поточного та підсумкового контролю* ..... *13*
*7. Критерії оцінювання результатів навчання* ..... *16*
*8. Засоби навчання* ..... *17*
*9. Рекомендовані джерела інформації* ..... *17*

# *ВСТУП*

## *Анотація*

Вибірковий освітній компонент «Психологія професійного вигорання» сприяє засвоєнню знань та відпрацюванню вмінь, навичок необхідних майбутнім фахівцям. Програма дисципліни розкриває основні категорії професійного вигорання вчителя. Дисципліна сприяє формуванню професійних компетенцій магістра в області збереження психічного здоров'я, профілактики професійного вигорання як стану, який характеризується поступовою втратою суб'єктом життєвого тонусу під впливом пролонгованого стресу у професійній діяльності, що виявляється у симптомах хронічної втоми, загальному виснаженні, деперсоналізації, редукції професійних досягнень.

**Ключові слова:** професійне вигорання, психологія особистості вчителя, професійна самосвідомість вчителя, професійна деформація педагога, стресостійкість особистості вчителя, емоційне вигорання

## *Abstract*

The selective educational component "Psychology of professional burnout" contributes to the assimilation of knowledge and the development of skills necessary for future specialists. The discipline program reveals the main categories of professional teacher burnout. The discipline contributes to the formation of professional competencies of the master in the field of preserving mental health, preventing professional burnout as a condition that is characterized by the gradual loss of the subject's vitality under the influence of prolonged stress in professional activity, manifested in the symptoms of chronic fatigue, general exhaustion, depersonalization, reduction of professional achievements.

**Key words:** professional burnout, teacher's personality psychology, teacher's professional self-awareness, teacher's professional deformation, teacher's personality stress resistance, emotional burnout

.

## 1. Опис навчальної дисципліни

<table>
<tr><td rowspan="2">Найменування показників</td><td rowspan="2">Галузь знань, спеціальність (освітня програма), освітній рівень</td><td colspan="2">Характеристика навчальної дисципліни</td></tr>
<tr><td>денна форма навчання</td><td>заочна форма навчання</td></tr>
<tr><td>Кількість кредитів – 5</td><td rowspan="3">Усі галузі знань</td><td colspan="2">Вибіркова</td></tr>
<tr><td>Модулів – 1</td><td colspan="2">Рік підготовки:</td></tr>
<tr><td>Змістових модулів – 5</td><td>1-й</td><td>1-й</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Електронний адрес РПНД на сайті Університету</td><td rowspan="7">Усі спеціальності</td><td colspan="2">Семестр</td></tr>
<tr><td>1-й</td><td>1-й</td></tr>
<tr><td colspan="2">Лекцій</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Індивідуальне науково-дослідне завдання<br>–</td><td>30 год.</td><td>10 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Практичні, семінарські</td></tr>
<tr><td>Загальна кількість годин – 150</td><td>30 год.</td><td>10 год.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Тижневих годин для денної форми навчання:<br>аудиторних – 4;<br><br>самостійної роботи студента – 6</td><td colspan="2">Лабораторні</td></tr>
<tr><td>0 год.</td><td>0 год.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">Освітній рівень:<br>перший (бакалаврський)</td><td colspan="2">Самостійна робота</td></tr>
<tr><td>90 год.</td><td>130 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Індивідуальні завдання: 0 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Вид контролю: залік</td></tr>
<tr><td colspan="2">Форма контролю: усна</td></tr>
</table>

## 2. Мета вивчення навчальної дисципліни

**Метою** викладання освітнього компоненту «Психологія професійного вигорання» є вивчення особливостей прояву професійного вигорання у особистості вчителя; набуття студентами знань про форми, методи, прийоми і способи роботи з професійним вигоранням; сприяння становленню всебічно розвинутої особистості як суб'єкта успішної професійної, освітньої та науково-дослідницької діяльності; формування професійних компетенцій магістра в області збереження психічного здоров'я, профілактики професійного вигорання як стану, який характеризується поступовою втратою суб'єктом життєвого тонусу під впливом пролонгованого стресу у професійній діяльності, що виявляється у симптомах хронічної втоми, загальному виснаженні, деперсоналізації, редукції професійних досягнень; ознайомлення зі специфікою та особливостями професійного вигорання педагогічних працівників, психолого-педагогічними технологіями його діагностики, профілактики та корекції.

## 3. Передумови для вивчення дисципліни

Передумов для вивчення дисципліни немає.

## 4. Очікувані результати навчання

Вивчення навчальної дисципліни не передбачає формування та розвиток у студентів програмних результатів навчання через належність дисципліни до категорії вибіркових. Під час опанування матеріалами курсу студенти матимуть можливість оволодіти такими компетенціями:

1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу і синтезу.
2. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
3. Здатність виявляти ініціативу та підприємливість.
4. Здатність до партнерства в професійній та науковій діяльності, саморозвитку та навчання впродовж життя.

## 4. Програма навчальної дисципліни

**Модуль 1**. **Змістовий модуль 1**. Психологія особистості вчителя та вигорання

**Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя та вигорання**

1. Загальна характеристика педагогічної освіти.
2. Педагогічна діяльність у системі інших видів діяльності.
3. Психологічна характеристика функцій педагогічної діяльності.
4. Структура педагогічної діяльності вчителя.
5. Формальні психологічні характеристики педагогічної діяльності. Структура діяльності вчителя.
6. Мотиваційно-особистісні аспекти педагогічної діяльності
7. Операційно-технічні аспекти педагогічної діяльності.

*Література* [14], стор. 324-329

**Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя та вигорання**

1. Психологія особистості вчителя.
2. Професійна самосвідомість вчителя.
3. Характеристика педагогічних здібностей
4. Педагогічна рефлексія
5. Педагогічна спостережливість

*Література* [14], стор. 352-372

**Тема 3. Педагог як суб'єкт педагогічної діяльності**

1. Суб'єкт-суб'єктна взаємодія в педагогічній діяльності
2. Характеристика педагогічних умінь.
3. Педагогічна діяльність як процес розв'язання педагогічних завдань.
4. Соціально-психологічні аспекти педагогічної діяльності: конструктивний, організаторський, комунікативний, проективний, дидактичний, виховний, розвивальний, мобілізуючий, інформаційний аспекти.
5. Етапи педагогічної діяльності.

*Література* [14], стор. 337–34.

**Змістовий модуль 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації та вигорання**

**Тема 1. Психологія стилів педагогічної діяльності та вигорання**

1. Характеристики стилів діяльності: змістовні, динамічні, результативні.
2. Традиційні стилі педагогічної діяльності: авторитарний, демократичний, ліберальний.
3. Стилі діяльності педагогів (А.К.Маркова, А.Я.Ніконова) : емоційно-імпровізаційний стиль, емоційно-методичний стиль, інтелектуально-імпровізаційний стиль, інтелектуально-методичний стиль.

4. Стилі педагогічної діяльності за характером включення спілкування в діяльність педагога (В.А.Кан-Калік): стиль захопленості, стиль дружнього відношення, стиль спілкування-дистанція, стиль спілкування – заграваннятазалякування.
5. Педагогічна майстерність як психологічна проблема
6. Характеристика рівнів педагогічної майстерності.
7. Складові педагогічної майстерності вчителя початкових класів

*Література* [14], стор. 348-352

**Тема 2. Комунікативність вчителя та вигорання**

1. Функції професійно-педагогічної комунікації
2. Модель процесу комунікації
3. Комунікативність вчителя
4. Інформація у професійно-педагогічній комунікації
5. Особливості професійно-педагогічної комунікації

*Література* [1], стор. 7-23.

**Тема 3. Педагогічне спілкування як провідна складова професійно-педагогічної комунікації т вигорання**

1. Особливості, функції педагогічного спілкування
2. Педагогічне спілкування як діалог
3. Структура педагогічного спілкування
4. Переконання і навіювання у процесі комунікації
5. Стиль педагогічного спілкування
6. Ускладнення у процесі комунікації
7. Переконання і навіювання у процесі комунікації
8. Моделі спілкування та установка вчителя
9. Культура слухання педагога
10. Бар'єри і ускладнення у процесі комунікації.

*Література* [1], стор. 26-56

**Змістовий модуль 3. Загальна характеристика професійного вигорання**

**Тема 1.** Професійне **вигорання як психологічна проблема**

1. Зміст професійного вигорання.
2. Типи прояву професійного вигорання.
3. Ознаки емоційного виснаження педагога.
4. Причини професійного вигорання.
5. Етапи професійного вигорання.

*Література* [2], [3], [13]

**Тема 2. Соціально-психологічний клімат як основа ефективної комунікації у педагогічному колективі**

1. Міжособистісні стосунки у педагогічні колективі
2. Соціально-психологічний клімат у педагогічному колективі
3. Стиль керівництва – основа комунікації
4. Сприятливий соціально-психологічний клімат у педагогічному колективі як основа відсутності професійного вигорання вчителя
5. Міжособистісні стосунки у педагогічному колективі.
6. Стиль керівництва - основа комунікації керівника школи з педагогічним колективом.
7. Синдром професійного вигорання
8. Особливості емоційного вигорання.
9. Взаємодія учителя із соціальним оточенням, адаптація його до умов професійної діяльності.
10. Авторитет вчителя.
11. Соціально-психологічні проблеми адаптації молодого вчителя до умов педагогічної діяльності. Типи адаптації до змісту педагогічної діяльності.

3. Адаптація молодого вчителя початкових класів.

*Література* [1], стор. 60-72

**Тема 3. Професійний стрес як причина професійного вигорання**

1. Стресостійкість як значуща риса особистості вчителя.
2. Механізми формування стресостійкості особистості.
3. Особливості психічного реагування на екстремальні ситуації.
4. Психологічний аналіз понять емоційної, психологічної стійкості та стресостійкості.
5. Педагогічні конфлікти. Сутність, джерела, причини, функції і класифікація конфліктів.
6. Основні суперечності і конфлікти в системі освіти. Структура, сфера, динаміка педагогічного конфлікту.
7. Види конфліктів і причини виникнення. Інформаційні моделі конфліктної ситуації.
8. Конфлікт у взаємодії вчителів і учнів. Міжособистісні конфлікти у педагогічному колективі.

*Література* [14], стор. 356-358; [8]

**Змістовий модуль 4. Особливості професійного вигорання**

**Тема 1. Професійна відповідність (придатність ) вчителя та вигорання**

1. Психологічний портрет вчителя.
2. Професіограма вчителя.
3. Ознаки сучасного педагогічного мислення вчителя.
4. Психологічна стійкість педагога та вигорання.

*Література* [14], стор.359-364

**Тема 2. Сутність конфліктів та вигорання.**

1. Сутність, джерела, причини, функції і класифікація конфліктів. Основні суперечності і конфлікти в системі освіти
2. Розв’язання конфліктів
3. Конфлікт педагогічної взаємодії.
4. Поведінка вчителя у конфліктній ситуації.
5. Методи врегулювання конфліктів і запобігання їм. Усунення конфліктів
6. Роль конфліктів у розвитку професійного вигорання педагога.
7. Психологічний комфорт як умова психічного здоров’я особистості вчителя.
8. Формули боротьби зі стресом в конфліктних ситуаціях.

*Література* [1], стор. 76-107.

**Тема 3. Культура мовлення вчителя та професійне вигорання**

1. Основні ознаки культури мови і мовлення вчителя.
2. Техніка мовлення.
3. Мовленнєвий етикет педагога.
4. Мовленнєві моделі взаємодії «учитель – учень»
5. Психологічна корекція емоційно-вольової сфери педагога.
6. Методики психодіагностики соціально-психологічного забезпечення професійної діяльності.
7. Засоби професійно-педагогічної комунікації: вербальні засоби. Знакові системи як засоби комунікації. Види вербальних засобів комунікації.
8. Усне педагогічне мовлення вчителя.Писемне мовлення вчителя. Внутрішнє мовлення вчителя.
9. Вправи на розвиток вербальних засобів комунікації вчителя.
10. Засоби професійно-педагогічної комунікації: невербальні засоби**.** Сутність і засоби невербальної комунікації. Зовнішній вигляд і поведінка педагога. Екстралінгвістичні і просодичні засоби комунікації. Міміка і жести педагога.

Контакт очей. Міжособистісний комунікативний простір. Декодування вчителем невербальної інформації.

11. Вправи на розвиток невербальних засобів комунікації вчителя.

*Література* [1], стор. 113-170

**Змістовий модуль 5. Шляхи профілактики та корекції професійного вигорання**

**Тема 1. Методи психологічної допомоги при професійному вигоранні**

1. Принципи та методи психологічної допомоги при посттравматичному стресі
2. Когнітивно-біхевіоральні технології профілактики посттравматичних стресових розладів: метод десенсибілізації й переробки рухами очей, ослаблення травматичного інциденту, візуально-кінестетична дисоціація, тренінг подолання тривоги.
3. Дебрифінг як метод психологічної корекції посттравматичних стресових розладів. Фази дебрифінгу.

*Література* [2], [3], [13]

**Тема 2. Внутріособистісні конфлікти педагога у професійній діяльності, їх профілактика та корекція**.

1. Індивідуальність і професійна деформація педагога.
2. Типові деформації педагога.
3. Внутріособистісний конфлікт педагога

*Література* [2], [3], [13]

**Тема 3. Психологічні захисти особистості для зниження напруженості переживань (витіснення, заміщення, роздвоєння, заперечення тощо).**

1. Методи психологічної допомоги та психологічної корекції при професійному вигоранні.
2. Вправи, ігри, техніки.
3. Методи психотерапії при емоційному вигоранні.
4. Метод природотерапії.
5. Метод кольоротерапії.
6. Метод музикотерапії.
7. Метод казкотерапії.
8. Використання методів арттерапії при емоційному вигоранні

*Література* [2], [3], [13]

.

**Тематичний план навчальної дисципліни**

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | денна форма | | | | | Заочна форма | | | | |
| | усього | у тому числі | | | | усього | у тому числі | | | |
| | | лек | пр | лаб | с.р. | | лек | пр | лаб | с.р. |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** |
| **Модуль 1.** | | | | | | | | | | |
| **Змістовий модуль 1**. Психологія особистості вчителя та вигорання | | | | | | | | | | |
| Тема 1. Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя та вигорання | 10 | 2 | 2 | – | 6 | 10 | 1 | | – | 9 |
| Тема 2. Психологічна характеристика особистості вчителя та вигорання | 10 | 2 | 2 | – | 6 | 10 | | | – | 10 |
| Тема 3. Педагог як суб'єкт педагогічної діяльності | 10 | 2 | 2 | - | 6 | 10 | | 1 | | 9 |
| *Разом за змістовим модулем 1* | 30 | 6 | 6 | – | 18 | 30 | 1 | 1 | – | 28 |
| ***Усього годин*** | 30 | 6 | 6 | – | 18 | 30 | 1 | 1 | – | 28 |
| **Змістовий модуль 2. Особливості професійно-педагогічної комунікації та вигорання** | | | | | | | | | | |
| Тема 1. Психологія стилів педагогічної діяльності та вигорання | 10 | 2 | 2 | – | 6 | 10 | 2 | 0 | – | 8 |
| Тема 2. Комунікативність вчителя та вигорання | 10 | 2 | 2 | – | 6 | 10 | 0 | 0 | – | 10 |
| Тема 3. Педагогічне спілкування як провідна складова професійно-педагогічної комунікації т вигорання | 10 | 2 | 2 | - | 6 | 10 | 0 | 0 | | 10 |
| *Разом за змістовим модулем 2* | 30 | 6 | 6 | – | 18 | 30 | 2 | 0 | – | 28 |
| ***Усього годин*** | 30 | 6 | 6 | – | 18 | 30 | 2 | 0 | – | 28 |
| **Змістовий модуль 3. Загальна характеристика професійного вигорання** | | | | | | | | | | |
| Тема 1. Професійне вигорання як психологічна проблема | 10 | 2 | 2 | – | 6 | 10 | 2 | 0 | – | 8 |
| Тема 2. Соціально-психологічний клімат як основа ефективної комунікації у педагогічному колективі | 10 | 2 | 2 | – | 6 | 10 | 0 | 0 | – | 10 |
| Тема 3. Професійний стрес як причина професійного вигорання | 10 | 2 | 2 | - | 6 | 10 | 0 | 0 | | 10 |

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *Разом за змістовим модулем 3* | 30 | 6 | 6 | – | 18 | 30 | 2 | 0 | – | 28 |
| ***Усього годин*** | 30 | 6 | 6 | – | 18 | 30 | 2 | 0 | – | 28 |
| **Змістовий модуль 4. Особливості професійного вигорання** | | | | | | | | | | |
| Тема 1. Професійна відповідність (придатність ) вчителя та вигорання | 10 | 2 | 2 | – | 6 | 10 | 0 | 2 | – | 10 |
| Тема 2. Сутність конфліктів та вигорання. | 10 | 2 | 2 | – | 6 | 10 | 0 | 0 | – | 8 |
| Тема 3. Культура мовлення вчителя та професійне вигорання | 10 | 2 | 2 | - | 6 | 10 | 0 | 0 | | 10 |
| *Разом за змістовим модулем 4* | 30 | 6 | 6 | – | 18 | 30 | 0 | 2 | – | 28 |
| ***Усього годин:*** | 30 | 6 | 6 | – | 18 | 30 | 0 | 2 | – | 28 |
| **Змістовий модуль 5. Шляхи профілактики та корекції професійного вигорання** | | | | | | | | | | |
| Тема 1. Методи психологічної допомоги при професійному вигоранні | 10 | 2 | 2 | – | 6 | 10 | 0 | 2 | – | 10 |
| Тема 2. Внутріособистісні конфлікти педагога у професійній діяльності, їх профілактика та корекція. | 10 | 2 | 2 | – | 6 | 10 | 0 | 0 | – | 8 |
| Тема 3. Психологічні захисти особистості для зниження напруженості переживань (витіснення, заміщення, роздвоєння, заперечення тощо). | 10 | 2 | 2 | - | 6 | 10 | 0 | 0 | | 10 |
| *Разом за змістовим модулем 5* | 30 | 6 | 6 | – | 18 | 30 | 0 | 2 | – | 28 |
| ***Усього годин*** | 30 | 6 | 6 | – | 18 | 30 | 0 | 2 | – | 28 |
| | | | | | | | | | | |
| ***Разом за курсом*** | 150 | 30 | 30 | 0 | 90 | 150 | 5 | 5 | 0 | 140 |

**Теми семінарських занять**

| № з/п | Назва теми | Кількість годин | |
|---|---|---|---|
| | | Денна форма | Заочна форма |
| 1 | Психологічна структура педагогічної діяльності вчителя та вигорання | 2 | 0 |
| 2 | Психологічна характеристика особистості вчителя та вигорання | 2 | 0 |
| 3 | Педагог як суб'єкт педагогічної діяльності | 2 | 1 |
| 4 | Психологія стилів педагогічної діяльності та вигорання | 2 | 0 |
| 5 | Комунікативність вчителя та вигорання | 2 | 0 |
| 6 | Педагогічне спілкування як провідна складова професійно-педагогічної комунікації т вигорання | 2 | 0 |
| 7 | Професійне вигорання як психологічна проблема | 2 | 0 |
| 8 | Соціально-психологічний клімат як основа ефективної комунікації у педагогічному колективі | 2 | 0 |
| 9 | Професійний стрес як причина професійного вигорання | 2 | 0 |
| 10 | Професійна відповідність (придатність ) вчителя та вигорання | 2 | 2 |
| 11 | Сутність конфліктів та вигорання. | 2 | 0 |
| 12 | Культура мовлення вчителя та професійне вигорання | 2 | 0 |
| 13 | Методи психологічної допомоги при професійному вигоранні | 2 | 2 |
| 14 | Внутріособистісні конфлікти педагога у професійній діяльності, іх профілактика та корекція. | 2 | 0 |
| 15 | Психологічні захисти особистості для зниження напруженості переживань (витіснення, заміщення, роздвоєння, заперечення тощо). | 2 | 0 |
| | *Разом* | 30 | 5 |

**Самостійна робота**

Розподіл годин самостійної роботи для студентів денної форми навчання:

- підготовка до семінарських занять – ***2-4 год. / 1 заняття***;
- написання рефератів – ***15 год. / 1 роботу;***
- підготовка до контрольних заходів – ***15 год. / 1 захід***
- підготовка проектних завдань - ***3–5 год. / 1 проєкт***

**Завдання для самостійної роботи**

| № з/п | Вид роботи | Кількість годин | |
|---|---|---|---|
| | | Денна форма | Заочна форма |
| 1 | Підготовка до практичних робіт | 30 | 6 |
| 2 | Реферат | 15 | 45 |
| 3 | Підготовка до контрольних заходів | 15 | 15 |
| 4. | Виконання проєктних завдань* | 30 | 74 |
| | *Разом* | 90 | 140 |

## 5. Методи навчання. Засоби діагностики результатів навчання та методів їхнього демонстрування

***Методи навчання:***

1) на лекційних заняттях:
   - лекція;
   - пояснення;
   - дискусія;
   - диспут;
   - ілюстрування;
   - демонстрація;
   - відеометод;
   - майстер-клас;
   - бесіда;
   - розповідь.
2) на семінарських заняттях:
   - практична робота;
   - фронтальне опитування;
   - частково-пошуковий метод;
   - спостереження;
   - вправи;
   - пізнавальні ігри

***Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання***:

- усні відповіді (семінарські заняття);
- проєктні (самостійні) роботи;
- контрольна робота;
- реферати.

## 6. Форми поточного та підсумкового контролю

Досягнення студента оцінюються за 100-бальною системою Університету.

Підсумкова оцінка навчального курсу містить оцінки з поточного контролю та оцінки підсумкового контролю. В кожного компонента своя частка в загальній системі оцінок, де студент може набрати від 60 балів до 100 балів. Під компонентом проміжних оцінок розуміються поточні оцінки протягом семестру.

Підсумкова оцінка навчального курсу є сумою проміжних оцінок (усна відповідь, проектні (самостійні роботи), реферат, контрольна робота (максимально 85 балів) й оцінки за контрольну роботу (максимально 15 балів).

Поточний контроль проводиться на кожному практичному занятті та за результатами виконання завдань самостійної роботи. Він передбачає оцінювання теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі самостійно опрацьованого матеріалу) під час роботи на заняттях та набутих практичних навичок під час виконання завдань практичних і проєктних самостійних робіт, а також презентації результатів виконаних завдань та досліджень.

Зарахування кредитів навчального курсу можливо тільки лише досягнення результатів, запланованих РПНД, що виражається в одній із позитивних оцінок, передбачених чинним законодавством.

## 7. Форми контролю результатів навчальної діяльності студентів та їхнє оцінювання

| **Усні відповіді на семінарських заняттях** | **Критерії оцінювання** |
|---|---|
| 2 | Відповідь правильна, повна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення, містить аргументовані висновки з доречним ілюстративним |

| | |
|---|---|
| | матеріалом, може підкріплюватися коректними цитуваннями думок / поглядів учених. |
| 1,5 | Відповідь в цілому правильна, доволі повна, логічна; допущені несуттєві помилки та неточності у викладенні матеріалу. |
| 1 | Відповідь частково правильна, містить неточності, недостатньо обґрунтована з використанням неправильної / некоректної термінології. |
| 0,5 | Відповідь частково правильна, містить неточності, проте не містить жодних аргументів та ілюстративного матеріалу. |
| 0 | Студент не дає відповіді чи його відповідь містить значну кількість суттєвих помилок, не обґрунтована. |
| | *Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 30 балів та 6 балів (15 відповідей по 2 бали ДФН, 3 відповіді по 2 бали ЗФН).* |

| **Самостійна (проєктна) роботаДФН** | **Критерії оцінювання** |
|---|---|
| 3 | Студент правильно виконує завдання в установлений термін, презентує аналітику різних наукових джерел, підбирає доречний ілюстративний матеріал, здійснює коректні та доцільні цитування, а також грамотно проводить експеримент і на високому рівні здійснює обробку його результатів. |
| 2 | Студент виконує роботу з порушенням установленого часу для цього виду роботи; дає в цілому правильну відповідь, але поверхнево чи з певними неточностями, подає недоцільні цитування та недоречні ілюстрації, а також виконує експериментальні роботи не на різнотипних мовленнєвих матеріалах та з недостатньою кількістю респондентів. |
| 1 | Студент виконує роботу з методичної допомоги викладача на кожному етапі проведення експериментів. |
| 0 | Студент не виконує роботи. |
| | *Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 30 балів (10 робіт по 3 бали ДФН).* |

| **Самостійна (проєктна) робота** | **Критерії оцінювання ДФН** |
|---|---|
| 5 | Студент правильно виконує завдання в установлений термін, презентує аналітику різних наукових джерел, підбирає доречний ілюстративний матеріал, здійснює коректні та доцільні цитування, а також грамотно проводить експеримент і на високому рівні здійснює обробку його результатів. |
| 4 | Студент правильно виконує завдання в установлений термін, презентує аналітику різних наукових джерел, допускається незначних помилок у добірці ілюстративного матеріалу, здійснює коректні та доцільні цитування, в експериментальних роботах містяться незначні недоліки в обробці їхніх результатів. |
| 3 | Студент виконує роботу з порушенням установленого часу для цього виду роботи; дає в цілому правильну відповідь, але поверхнево чи з певними неточностями, подає недоцільні цитування та недоречні ілюстрації, а також виконує експериментальні роботи не на різнотипних мовленнєвих матеріалах та з недостатньою кількістю респондентів. |

| | |
|---|---|
| 2 | Студент виконує роботу з порушенням установленого часу для цього виду роботи; дає в цілому правильну відповідь, але не презентує аналітику різних наукових джерел, не підбирає доречний ілюстративний матеріал, не наводить коректні та доцільні цитування, проводить експерименти, проте не презентує обробку його результатів та не демонструє вміння робити висновки. |
| 1 | Студент виконує роботу з методичної допомоги викладача на кожному етапі проведення експериментів. |
| 0 | Студент не виконує роботи. |
| | *Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 15 балів (3 роботи по 5 балів ДФН).* |

| **Самостійна (проєктна) роботаЗФН** | **Критерії оцінювання** |
|---|---|
| 1 | Студент правильно виконує завдання в установлений термін, презентує аналітику різних наукових джерел, підбирає доречний ілюстративний матеріал, здійснює коректні та доцільні цитування, а також грамотно проводить експеримент і на високому рівні здійснює обробку його результатів. |
| 0,5 | Студент виконує роботу з порушенням установленого часу для цього виду роботи; дає в цілому правильну відповідь, але поверхнево чи з певними неточностями, подає недоцільні цитування та недоречні ілюстрації, а також виконує експериментальні роботи не на різнотипних мовленнєвих матеріалах та з недостатньою кількістю респондентів. |
| 0 | Студент не виконує роботи. |
| | *Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 24 бали (24 роботи по 1 балу ЗФН).* |

| **Реферат** | **Критерії оцінювання** |
|---|---|
| 15 | Реферат має обсяг 15 або більше друкованих (рукописних) сторінок; проблема, яка в ньому розглядається, викладена повно, послідовно, логічно; список використаної наукової літератури нараховує 5-6 джерел, відповідає сучасним правилам оформлення бібліографії. |
| 10 | Реферат має обсяг 10 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 4-5 джерел, відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки. |
| 5 | Обсяг реферату є недостатнім для викладення обраної проблеми, і тому проблема розглядається поверхово; у бібліографічному списку менше чотирьох наукових джерел і є помилки. |
| 0 | Тема реферату нерозкрита, у бібліографічному списку менше 2 наукових джерел, і він подається не за сучасними правилами. |
| | *Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 15 балів (1 реферат по 15 балів ДФН, ЗФН).* |

| **Контрольна робота** | **Критерії оцінювання** |
|---|---|
| ДФН<br>10<br>ЗФН | Робота виконана без змістових помилок (завдання І, ІІ та ІІІ рівнів складності), містить точні відповіді на питання теоретичного характеру, правильно ідентифікує технологію і правильно виявляє брехню в тексті. |

| | |
|---|---|
| 25-20 | Бал знижується в разі наявності орфографічних та пунктуаційних помилок. |
| ДФН<br>9-7<br>ЗФН<br>19-15 | Робота представлена з повними та правильними відповідями всіх рівнів складності, студент правильно ідентифікує технологію профайлінгу і правильно структурує хід виявлення брехні в тексті, проте допускається помилок шляхом упущення кількох відповідних маркерів.<br>Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок. |
| ДФН<br>6-5<br>ЗФН<br>14-10 | Робота виконана з огріхами в описі технології профайлінгу, проте безпомилково виконано завдання I та II рівнів складності. В такій роботі завдання щодо детекції брехні в тексті виконано неправильно.<br>Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок. |
| ДФН<br>4-3<br>ЗФН<br>9-6 | Робота виконана з неточностями у формулюванні дефініцій термінів (II рівень складності) та значними огріхами в описі технології профайлінгу (III рівень складності). Завдання щодо детекції брехні тексті виконано неправильно або не виконано взагалі.<br>Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок. |
| ДФН<br>3–1<br>ЗФН<br>5-1 | Робота містить значну кількість помилок у завданнях усіх рівнів складності або незначну кількість помилок у завданнях I та II рівнів складності та відсутності виконання завдань III рівня.<br>Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок. |
| 0 | Робота не виконувалася. |
| | *Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 10 балів для ДФН, 25 балів для ЗФН.* |

| **Форма контролю** | **Максимальна кількість балів** | |
|---|---|---|
| | **Денна форма** | **Заочна форма** |
| Практичні заняття | 15х2 бали = 30 балів | 3х2 бали = 6 балів |
| Самостійна (проєктна) робота | 10х3 бали = 30 балів<br>3х5 бали = 15 балів | 24х1 бал = 24 бали |
| Реферат | 1х15 балів = 15 балів | 3х15 балів = 45 балів |
| Контрольна (письмова) робота | 1х10 балів= 10 балів | 1х 25 бали= 25 балів |
| **Всього** | **100** | **100** |

**7. Критерії оцінювання результатів навчання**

| | | Денне відділення | | Заочне відділення | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Вид роботи | Кількість балів | Вид роботи | Кількість балів |
| ЗМ 1 | Т1 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | | |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 5 | | |
| | Т2 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | Реферат | 15 |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 3 | | |
| | Т3 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | Відповідь на семінарському занятті | 2 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Самостійна (проєктна) робота | 3 | Самостійна (проєктна) робота | 5 |
| | | | **17** | | **22** |
| ЗМ 2 | Т1 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | | |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 5 | | |
| | Т2 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | | |
| | | | | | |
| | Т3 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | | |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 3 | Самостійна (проєктна) робота | 5 |
| | | | **14** | | **5** |
| ЗМ 3 | Т1 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | | |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 5 | | |
| | Т2 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | Реферат | 15 |
| | | | | | |
| | | Реферат | 15 | | |
| | Т3 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | | |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 3 | Самостійна (проєктна) робота | 5 |
| | | | **29** | | **20** |
| ЗМ 4 | Т1 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | Відповідь на семінарському занятті | 2 |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 3 | | |
| | Т2 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | | |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 3 | | |
| | Т3 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | Реферат | 15 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Самостійна (проєктна) робота | 3 | Самостійна (проєктна) робота | 5 |
| | | | **15** | | **22** |
| ЗМ 5 | Т1 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | Відповідь на семінарському занятті | 2 |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 3 | | |
| | Т2 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | | |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 3 | | |
| | Т3 | Відповідь на семінарському занятті | 2 | | |
| | | Самостійна (проєктна) робота | 3 | Самостійна (проєктна) робота | 4 |
| | | | **15** | | **6** |
| Контрольна робота | | | 10 | Контрольна робота | 25 |
| Підсумковий контроль | | Залік | | Залік | |
| **Сума** | | | **100** | | **100** |

## 8. Засоби навчання

Наочним матеріалом для лекційних занять послужать передусім мультимедійні засоби (комп'ютерні презентації); відеоматеріали (навчальні кінофільми, а також інтерв'ю, виступи тощо як фактографічний матеріал).

На практичних заняттях прислужиться бібліотечних фонд Університету та електронні репозитарії світу.

Під час виконання завдань самостійної роботи доцільним стане використання бібліотечного фонду та енциклопедій, словників, довідників.

## 9. Рекомендовані джерела інформації

### Основна література


1. Волкова Н.П. Професійно-педагогічна комунікація: Навч.посіб. К.: ВЦ «Академія», 2006. 256с.
2. Зайчикова Т.В. Діагностика та профілактика синдрому професійного вигорання у вчителів: Методичні рекомендації. К.-Рівне, 2003. 24 с.
3. Зайчикова Т.В. Профілактика та подолання синдрому «професійного вигорання» у вчителів: соціально-психологічні та гендерні аспекти. Навчальна програма / За наук. ред. Карамушки Л. М. К.: Міленіум, 2004. 24 с.
4. Зайчикова Т.В. Технології практичної психології щодо подолання професійного вигорання майбутніх фахівців системи «людина-людина» // Практична психологія в системі вищої освіти: теорія, результати досліджень, технології: колективна монографія / За редакцією проф. Н.І. Пов'якель // Авт. кол. кафедри практичної психології та психотерапії: Н. І. Пов'якель, П. В. Лушин, Т. В. Бушуєва, Т. В. Зайчикова та ін. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. С. 313–324.

5. Зайчикова Т.В. Технологія профілактики та подолання синдрому «професійного вигорання» в організаціях. Розділ 8. // Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. Л. М. Карамушки. К.: Фірма «ІНКОС», 2005. С. 274-298.

6. Колтунович Т. А. Як не згоріти в полум'ї професії : корекційна програма для вихователів дошкільних навчальних закладів / Т. А. Колтунович. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2012. 200 с.

7. Колтунович Т. А. Як не згоріти в полум'ї професії : теорія, діагностика, корекція : навчально-методичний посібник / Т. А. Колтунович. 2-ге вид., перероб. і доп. Чернівці : Видавничий дім «РОДОВІД», 2016. 164 с.

8. Корольчук М.С., Крайнюк В.М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.: Ніка-Центр, 2006. 580с.

9. Корольчук М.С., Крайнюк В.М. Теорія і практика професійного психологічного відбору:Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.:Ніка-Центр, 2006. 536с.

10. Кудрик Л. Самокоучінг. Як запобігти професійному вигоранню /авт-упорядник Л.Кудрик, А.Бешлей. У.Мельник. Київ: «Видавнича група «Шкільний світ», 2019. 216с.

11. Мандель Б. Р. Психологія стреса : навчальний посібник / Б. Р. Мандель. К: 2014. 253 с.

12. Мірошниченко О.А. Профілактика синдрому «професійного вигорання» у працюючих в екстремальних умовах: Навчально-методичний посібник. / Олена Анатоліївна Мірошниченко. – Житомир : Вид- во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 156 с.

13. Михальченко Н.В. Психологія професійного вигорання: навчально-методичний посібник / автор-упорядник Н.В.Михальченко - Миколаїв: видавець Румянцева Г.В., 2022.- 138 с.

14. Савчин М.В. Педагогічна психологія: Навч.посіб. К.: Академвидав, 2007. 424с.

**Допоміжна література**

1. Баклицький І. О. Психологія праці : підручник / І. О. Баклицький 2-ге вид., перероб. і доп. К. Знання, 2008. С. 200–229.

2. Вікова та педагогічна психологія: Навч.посіб. / О.В.Скрипченко, Л.В.Долинська, З.В.Огороднійчук та ін. К.: Просвіта, 2001. 416 с.

3. Волкова Н.П. Професійно-педагогічна комунікація: Навч.посібник К.: ВЦ «Академія», 2006. 256 с.

4. Профілактика професійного вигорання працівників соціальної сфери : методичні рекомендації /За загальною редакцією кандидата медичних наук М.Л.Авраменка Всеукраїнський центр професійної реабілітації інвалідів Л.: 2008. 53 с.

5. Савчин М.В. Педагогічна психологія: Навч.посіб. К.: Академвидав, 2007. 424с.

6. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. С.Д.Максименка, Л.М.Карамушки, Т.В.Зайчикової – 2-ге вид., перероб і доп. К.: Міленіум, 2006. 368 с.

**Інформаційні ресурси в інтернет**

ore.ac.uk/download/pdf/163088378.pdf

https://binpo.com.ua/wp-content/uploads/2024/01/Посібник-ПЕВ-Паломов.pdf

https://dspace.mnau.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/7932/1/Zapobihannia%20vynyknenniu%20syndromu_Ruryk.pdf

https://stud.com.ua/4700/psihologiya/pedagogichna_psihologiya