

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
«ЛУГАНСКИЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
(ГБОУ ДПО ЛНР «ЛИРО»)



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ ДПО ЛНР «ЛИРО»

Е.М. Губицкая

«12» декабря 2025 г.

**Дополнительная профессиональная программа
(повышение квалификации)**

**«Профилактика профессионального выгорания педагогических
работников и управленческих кадров»**

Разработчик(и) программы:

**Курпас И. Н. ГБОУ ДПО ЛНР «ЛИРО»,
Семенченко А. В. ГБОУ ДПО ЛНР «ЛИРО».**

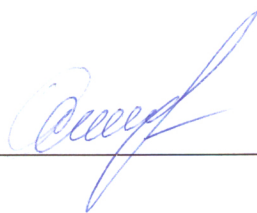
г. Луганск, 2025 г.

Рекомендована на заседании Учебно-методического
совета ГБОУ ДПО ЛНР «ЛИРО»

Протокол № 11/05-02 от 22.12 2025 г.

Согласовано:

заместитель директора _____



В. А. Осина

Раздел 1. Характеристика программы

1.1. Цель реализации программы – содействие совершенствованию профессиональных компетенций слушателей в области использования способов преодоления профессионального выгорания педагогов.

1.2. Планируемые результаты обучения¹:

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
А/01.7 Психолого-педагогическое и методическое сопровождение реализации основных и дополнительных образовательных программ	Разработка психологических рекомендаций, программ по формированию и реализации психолого-педагогической компетентности педагогических работников в вопросах профилактики профессионального (эмоционального) выгорания	Понятие профессиональное (эмоциональное) выгорание, факторы, симптомы и методы диагностики и способы преодоления (коррекция) профессионального выгорания педагогических работников	Разрабатывать психологические рекомендации, программы, направленные на развитие психолого-педагогической компетентности педагогических и работников в вопросах профилактики профессионального (эмоционального) выгорания Применять психологический инструментарий (программы, рекомендации, методы, приемы диагностики и коррекции), направленные на развитие психолого-педагогической компетентности педагогических работников в вопросах профилактики профессионального (эмоционального) выгорания
А/06.7 Психологическое просвещение субъектов образовательного процесса	Ознакомление педагогических работников и администрации образовательных организаций с современными исследованиями в области профилактики профессионального	Задачи и принципы, формы и направления, приемы и методы психологического просвещения в образовательной организации с учетом образовательных потребностей и индивидуальных	Осуществлять психологическое просвещение педагогов, администрации образовательной организации) по вопросам профилактики профессионального (эмоционального) выгорания

¹Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)». Утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.07.2015 № 514н

	(эмоционального) выгорания педагогов	возможностей педагогических работников	Применять методы педагогики для психологического просвещения субъектов образовательного процесса, в том числе с целью повышения их психологической культуры
А/07.7 Психологическая профилактика (профессиональная деятельность, направленная на сохранение и укрепление психологического здоровья педагогов в процессе обучения и воспитания в образовательных организациях)	Выявление условий, неблагоприятно влияющих на формирование комфортной безопасной образовательной среды Разработка психологических рекомендаций по проектированию образовательной среды, комфортной и безопасной для личностного развития участников образовательных отношений	Формирование и поддержание благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологии и способы проектирования безопасной и комфортной образовательной среды	Теории и методы предотвращения «профессионального выгорания» специалистов, причины возникновения, методы предупреждения и снятия психологической перегрузки педагогического коллектива

1.3. Категория слушателей: педагоги-психологи общеобразовательных организаций, среднего профессионального образования, педагогические работники Луганской Народной Республики.

1.4. Форма обучения – очная.

1.5. Срок освоения программы: 32 ч.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего часов	Количество учебных занятий, учебных работ		Самостоятельная работа	Формы контроля
			Лекция, час	Интерактивное практическое) занятие, час		
I. Базовая часть						
1.	Модуль 1. Эмоциональное выгорание участников образовательного процесса	10	6		4	
1.1.	Понятие об эмоциях. Роль эмоций для преподавателей	4	2		2	
1.2.	Понимание профессионального выгорания	2	2			
1.3.	Психология стресса и выгорания	4	2		2	
II. Профильная (предметно-методическая) часть						
2.	Модуль 2. Методы психологической помощи участникам образовательного процесса при эмоциональном выгорании	20	8	6	6	
2.1.	Диагностика профессионального выгорания	2	2			
2.2.	Уровни личностных ресурсов противодействия профессиональному выгоранию	4	2		2	
2.3.	Профилактика выгорания	2		2		
2.4.	Конструктивное педагогическое взаимодействие. Коммуникация и отношения в коллективе	2		2		
2.5.	Разработка стратегии самообслуживания и восстановления	6	2	2	2	
2.6.	Психологическая помощь и ресурсы	4	2		2	
3.	Итоговая аттестация	2				тест
	Итого	32	14	6	10	