

**ПОЛТАВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ПЕРЕПІДГОТОВКИ ТА ПІДВИЩЕННЯ
КВАЛІФІКАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ ОРГАНІВ ДЕРЖАВНОЇ ВЛАДИ, ОРГАНІВ
МІСЦЕВОГО САМОВРЯДУВАННЯ, ДЕРЖАВНИХ ПІДПРИЄМСТВ,
УСТАНОВ І ОРГАНІЗАЦІЙ**

**ЗАГАЛЬНА КОРОТКОСТРОКОВА
ПРОГРАМА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ**

«Професійне вигорання: причини виникнення та шляхи усунення»

Шифр програми: ЗК/2020/013

Рік запровадження програми: 2020

Програму затверджено: Протокол засідання навчально-методичної ради
від 17 вересня 2020 року № 3

Програму погоджено: наказ НАДС від 24 грудня 2020 року № 254-20

ПРОФІЛЬ ПРОГРАМИ

1. Загальна інформація	
Назва програми	Професійне вигорання: причини виникнення та шляхи усунення
Шифр програми	ЗК/2020/013
Тип програми за змістом	загальна
Форма навчання	очна
Цільова група	державні службовці категорії «Б», «В», посадові особи місцевого самоврядування
Передумови навчання за програмою	-
Замовник освітніх послуг у сфері професійного навчання за програмою	Полтавська обласна державна адміністрація Полтавська обласна рада
Партнер (партнери) програми	-
Обсяг програми	0,33 кредити ЄКТС
Тривалість програми та організація навчання	один день
Мова (и) викладання	українська
Напрямок (и) підвищення кваліфікації, який (які) охоплює програма	комунікація та взаємодія
Перелік професійних компетентностей, на підвищення рівня яких спрямована програма	досягнення результатів
Укладач (и) програми	Лаврінєнко Віталій Анатолійович, старший викладач кафедри психології Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка, кандидат психологічних наук, lavrinenko.vitaliy@gmail.com
2. Загальна мета	
поглиблення та оновлення теоретичних знань з питань професійного вигорання публічних службовців, причин його виникнення та шляхів подолання і профілактики, набуття публічними службовцями практичних умінь і навичок застосування технік профілактики і подолання проявів професійного вигорання під час виконання службових обов'язків.	
3. Очікувані результати навчання	
За результатами навчання слухачі повинні демонструвати:	
знання	поняття професійного вигорання особистості; стадій та факторів професійного вигорання публічних службовців, особистісних та соціально-психологічних детермінант формування стану емоційного вигорання працівників;

	методів та технік подолання і профілактики професійного вигорання у діяльності публічного службовця як представника соціономічних професій
уміння	ідентифікувати прояви професійного вигорання у діяльності публічного службовця; аналізувати чинники ризику виникнення професійного вигорання при виконанні службових обов'язків працівником
навички	застосування технік і методів профілактики і подолання проявів професійного вигорання у діяльності публічних службовців; забезпечення резистентності до професійного вигорання
4. Викладання та навчання (методи навчання, форми проведення навчальних занять)	
метод мозкового штурму, робота в міні-групах, моделювання ситуацій професійної взаємодії, соціально-психологічний тренінг	
5. Ресурсне забезпечення дистанційного навчання	
Назва вебплатформи, вебсайту, електронної системи навчання, через які здійснюватиметься дистанційне навчання із зазначенням посилання (вебадреси)	-
Назва дистанційного етапу модуля	-
6. Оцінювання і форми поточного, підсумкового контролю	
Критерії оцінювання та їх питома вага у підсумковій оцінці (%)	Відвідування занять – 90 %; Проходження дистанційного навчання – 0; Поточний контроль – 10; Підсумковий контроль – 0 %; документ про підвищення кваліфікації видається за умови набрання учасником професійного навчання не менше ніж 95%, обрахованих з урахуванням питомої ваги кожного із критеріїв оцінювання.
Форма підсумкового контролю	-

СТРУКТУРА ПРОГРАМИ

Назва теми	Кількість годин				
	Загальна кількість годин/кредитів ЄКТС	у тому числі:			
		аудиторні заняття	дистанційні заняття	навчальні візити	самостійна робота слухачів
1	2	3	4	5	6
Тема 1. Теоретичні підходи до розуміння сутності професійного вигорання публічного службовця як представника соціономічних професій	2	2		-	-
Тема 2. Стадії та чинники	4	4	-	-	-

виникнення професійного вигорання публічного службовця					
Тема 3. Методи та техніки попередження і подолання проявів професійного вигорання у діяльності публічного службовця	4	2	-	-	2
РАЗОМ	10/ 0,33 кредити ЄКТС	8	-	-	2

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Тема 1. Теоретичні підходи до розуміння сутності професійного вигорання публічного службовця як представника соціономічних професій

поняття «емоційне вигорання», «професійне вигорання»;
 особливості професійного вигорання у публічних службовців як представників соціономічних професій;
 однофакторна модель професійного вигорання, двофакторна та трифакторна модель професійного вигорання;
 компоненти професійного вигорання: афективний компонент вигорання, деперсоналізація та редукція особистих досягнень у діяльності публічних службовців;
 особливості почуття професійної компетентності публічного службовця за умови проявів емоційного вигорання.

Тема 2. Стадії та чинники виникнення професійного вигорання публічного службовця

професійне вигорання як пролонгований та стадійний процес;
 фази професійного вигорання (за В.В.Бойком) у професійній діяльності: «фаза напруження», «фаза опору», «фаза виснаження»;
 єдність процесів професійного вигорання публічного службовця на емоційному, когнітивному та поведінковому рівнях прояву;
 стадії професійного вигорання (за Дж.Гринбергом): стадія «медового місяця»; стадія втоми і апатії; стадія хронічних симптомів; кризова стадія; стадія емоційного вигорання;
 психологічне та фізичне здоров'я у професійній діяльності публічного службовця;
 чинники емоційного вигорання публічного службовця: індивідуальні, особистісні, організаційні та соціально-психологічні;
 взаємодія з іншими людьми як чинник професійного вигорання публічного службовця;
 ролі фактори ризику професійного вигорання публічного службовця;
 організаційні фактори різного рівня як чинник професійного вигорання публічних службовців;
 каузальні зв'язки професійного вигорання та характерологічних особливостей публічного службовця;
 «модель зруйнованої мрії» як чинник професійного вигорання працівника;
 самоставлення публічного службовця як чинник розвитку чи подолання професійного вигорання.

Тема 3. Методи та техніки попередження і подолання проявів професійного вигорання у діяльності публічного службовця

методи та техніки профілактики професійного вигорання публічного службовця;
 використання конструктивних моделей поведінки публічними службовцями як спосіб подолання вигорання;
 особливості формування проблемно-орієнтованої копінг-поведінки у працівників;

підвищення комунікативних навичок і психологічної культури як спосіб профілактики емоційного вигорання публічних службовців;
 організація сприятливого соціально-психологічного клімату в організації як напрямок профілактики професійного вигорання у державних службовців;
 подолання ціннісно-сислової дифузності в професійній діяльності публічного службовця;
 окреслення ресурсів підтримки як спосіб подолання професійного вигорання працівника;
 застосування технік саморелаксації та самовідновлення у подоланні проявів професійного вигорання публічними службовцями.

ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Підсумковий контроль не здійснюється (відповідно до п. 9 частини IV «Порядку організації підвищення кваліфікації державних службовців, голів місцевих адміністрацій, їх перших заступників та заступників, посадових осіб місцевого самоврядування», затвердженого наказом Національного агентства України з питань державної служби від 6 листопада 2019 р. №211-19).

Результат поточного контролю знань зараховується за умови 50% правильних відповідей. Документ про підвищення кваліфікації видається за умови набрання учасником професійного навчання не менше ніж 95 %, обрахованих з урахуванням питомої ваги кожного із критеріїв оцінювання.

ЛІТЕРАТУРА, ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ, ОБОВ'ЯЗКОВІ ДЛЯ ОПРАЦЮВАННЯ

1. Арефнія С.В. Виникнення та розвиток професійного вигорання на підставі порушення системи смисложиттєвих орієнтацій та ціннісно-сислової сфери у державних службовців законодавчого органу влади. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2018. Вип.4. С.241-245. URL: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/251>
2. Пашко Л.А., Гнітько І.В. Професійне здоров'я в системі публічного управління. Теорія та практика державного управління і місцевого самоврядування. 2019. №1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ttpdu_2019_1_38
3. Рутіна, Ю. Зв'язок рівня професійної самоактуалізації державних службовців з психологічними та організаційно-функціональними характеристиками організації. Організаційна психологія. економічна психологія, 2019. (4(15), 71-83. URL: <https://doi.org/10.31108/2.2018.4.15.9>
4. Синдром вигорання у державних службовців. 2016. URL: <http://www.kr.dsp.gov.ua/index.php/1646-st260816>
5. Улунова Г.Є. Комунікативне вигорання як функціонально-структурні зміни культури професійного спілкування державних службовців. Молодий вчений. 2016. № 12.1. (40). С.245-250. URL: <http://www.molodyvcheny.in.ua/files/journal/2016/12.1/57.pdf>