

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Силабус навчальної дисципліни
Технології профілактики професійного вигорання



Зв'язок з викладачем (викладачами):

Е-mail: avramenkospp@gmail.com

Сезн ЗНУ повідомлення: <https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=10484>

Телефон: (066)6699208

Інші засоби зв'язку: Viber, Watsup

Кафедра: соціальної педагогіки та спеціальної освіти (факультет СПП ЗНУ, корпус 8, вул. Гоголя, 118, ауд. 219) Е-mail кафедри: socialped@ukr.net тел. (061) 228-76-45

1. Опис навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Технології профілактики професійного вигорання» є ознайомлення студентів із сучасними підходами, методами та технологіями попередження професійного вигорання у педагогічній та соціально-допомогаючій діяльності. Студенти поглиблюють свої знання про практичні інструменти підтримки психологічного благополуччя, техніки емоційної саморегуляції, управління стресом та відновлення особистісних ресурсів. Курс спрямований на формування компетентностей щодо застосування індивідуальних і групових профілактичних технологій, розвитку навичок рефлексії, усвідомленого ставлення до професійного навантаження та створення сприятливого психологічного клімату у професійному середовищі. Особлива увага приділяється практичному опануванню методів профілактики емоційного виснаження, формуванню стратегій професійної самопідтримки та розвитку стійкості до стресових факторів професійної діяльності.

Паспорт навчальної дисципліни

Статус дисципліни	Вибіркова	
Семестр	8-й	8-й
Кількість кредитів ECTS	3	
Кількість годин	90	
Лекційні заняття, год	12	4
Практичні, год	12	4
Самостійна робота	66	82
Консультації	https://sites.znu.edu.ua/cms/index.php?action=news/view_details&news_id=52122&lang=ukr&news_code=avramenko-ulyana-volodimirivna дистанційно	
Вид підсумкового семестрового контролю:	залік	
Посилання на електронний курс у СЕЗН ЗНУ (платформа Moodle)	https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=17135	



2. Методи досягнення запланованих освітньою програмою компетентностей і результатів навчання

КОМПЕТЕНТНОСТІ/ результати навчання	Методи навчання	Форми і методи оцінювання
ЗК-2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. ЗК- 4. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК-6. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК-9. . Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій. ЗК-15. 5. Здатність генерувати нові ідеї (креативність). ЗК-22. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності. ЗК-28. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).	лекційні (лекції; лекції з елементами дискусії; лекції із застосуванням презентаційних матеріалів з поясненням); теоретичні (самостійне опрацювання базової термінології; робота з науковими статтями; конспектування основних положень тем); практичні (виконання практичних вправ; ділові та сюжетно-рольові ігри; відпрацювання рухів дактильної жестової мови; розвиток навичок розпізнавання жестів); візуально-аналітичні (перегляд та аналіз навчальних відеоматеріалів; самостійне складання схем, таблиць і графіків); аналітичні (аналіз конкретних випадків; розв'язання практичних кейсів); дослідницько-пошукові (виконання дослідницьких і пошукових проєктів; самостійний пошук та опрацювання інформації).	Поточний контроль: термінологічні диктанти; проміжне тестування; усні доповіді та публічні виступи; індивідуальні проєкти; аналіз документів; написання письмових робіт (есе, тези, доповіді, створення матеріалів для реалізації альтернативної комунікації).

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Силабус навчальної дисципліни
Технології профілактики професійного вигорання
Зміст навчальної дисципліни



Змістовий модуль 1. Теоретичні основи професійного вигорання

Вступ. Актуальність проблеми професійного вигорання у сучасному суспільстві. Поняття професійного вигорання у психології та педагогіці. Історія дослідження синдрому професійного вигорання. Підходи до визначення професійного вигорання. Основні моделі професійного вигорання. Структура синдрому професійного вигорання: емоційне виснаження, деперсоналізація, редукція професійних досягнень. Фактори виникнення професійного вигорання: індивідуально-психологічні, організаційні та соціальні. Групи ризику у професіях допомагаючого типу. Особливості професійного вигорання у соціальних педагогів. Вплив стресу, професійних навантажень та емоційної напруги на формування вигорання. Ознаки та стадії розвитку професійного вигорання. Наслідки професійного вигорання для особистості фахівця, якості професійної діяльності та міжособистісних відносин.

Змістовий модуль 2. Діагностика та фактори ризику професійного вигорання

Поняття професійного стресу та його зв'язок із професійним вигоранням. Основні джерела стресу у професійній діяльності соціального педагога. Внутрішні та зовнішні фактори ризику розвитку професійного вигорання. Психологічні особливості особистості, що впливають на схильність до вигорання. Професійна мотивація та її роль у запобіганні вигоранню. Методи діагностики професійного вигорання. Психодіагностичні методики оцінювання рівня емоційного виснаження, стресу та задоволеності професійною діяльністю. Самодіагностика професійного стану. Аналіз індивідуальних ресурсів та факторів психологічної стійкості. Інтерпретація результатів діагностики та визначення рівня ризику розвитку професійного вигорання.

Змістовий модуль 3. Технології профілактики професійного вигорання

Профілактика професійного вигорання як складова професійного здоров'я фахівця. Рівні профілактики: первинна, вторинна та третинна. Індивідуальні технології профілактики професійного вигорання. Методи емоційної саморегуляції. Техніки управління стресом. Розвиток емоційної компетентності. Методи психологічного відновлення та підтримки ресурсного стану. Тайм-менеджмент як інструмент профілактики перевантаження. Баланс між професійним та особистим життям. Роль фізичної активності, відпочинку та здорового способу життя у профілактиці вигорання. Психологічна підтримка та супервізія у професійній діяльності. Професійна рефлексія як засіб попередження емоційного виснаження.

Змістовий модуль 4. Практичні технології підтримки професійного благополуччя фахівців соціальної та педагогічної сфери

Практичні методи профілактики професійного вигорання у соціально-педагогічній діяльності. Тренінгові технології розвитку стресостійкості та емоційної саморегуляції. Використання арт-терапевтичних, релаксаційних та медитативних технік у профілактиці емоційного виснаження. Роль професійної підтримки колег та командної взаємодії у збереженні психологічного благополуччя. Формування сприятливого психологічного клімату в професійному середовищі. Розробка індивідуальної програми профілактики професійного вигорання. Аналіз професійних кейсів, пов'язаних із проявами професійного вигорання. Стратегії подолання складних професійних ситуацій. Моніторинг психологічного стану фахівця. Оцінка ефективності профілактичних заходів. Формування навичок довготривалої підтримки професійного здоров'я та розвитку особистісних ресурсів.

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Силабус навчальної дисципліни
Технології профілактики професійного вигорання
4. Структура навчальної дисципліни



Вид заняття /роботи	Назва теми	Кількість годин		Згідно з розкладом
		о/д.ф.	з. ф.	
Лекція 1	Професійне вигорання як психологічна та соціально-педагогічна проблема	2	2	26.02.26
Практичне 1	Професійне вигорання як психологічна та соціально-педагогічна проблема	2	2	03.03.26
Самостійна робота 1	Професійне вигорання як психологічна та соціально-педагогічна проблема	7		
Лекція 2	Історія дослідження та основні теорії професійного вигорання	2	2	05.03.26
Практичне 2	Історія дослідження та основні теорії професійного вигорання	2	2	24.03.26
Самостійна робота 2	Історія дослідження та основні теорії професійного вигорання	1		
Лекція 3	Структура, симптоми та стадії професійного вигорання	2		12.03.26
Самостійна робота 3	Структура, симптоми та стадії професійного вигорання	5		
Практичне 3	Структура, симптоми та стадії професійного вигорання	2		31.03.26
Лекція 4	Фактори виникнення професійного вигорання у професіях допомагаючого типу	2		25.03.26
Самостійна робота 3	Фактори виникнення професійного вигорання у професіях допомагаючого типу	1		
Практичне 4	Фактори виникнення професійного вигорання у професіях допомагаючого типу	2		09.04.26
Лекція 5	Особливості професійного вигорання у соціальних педагогів; Технології індивідуальної профілактики професійного вигорання	2		26.03.26
Самостійна робота 4	Особливості професійного вигорання у соціальних педагогів; Технології індивідуальної профілактики професійного вигорання	5		
Практичне 5	Особливості професійного вигорання у соціальних педагогів	2		14.04.26
Лекція 6	Методи діагностики професійного вигорання; Професійний стрес та його роль у розвитку вигорання	2		02.04.26
Практичне 6	Методи діагностики професійного вигорання; Професійний стрес та його роль у розвитку вигорання	2		16.04.26
ІНДЗ	<u>Індивідуальне навчально дослідне завдання:</u> Розробка індивідуальної програми профілактики професійного вигорання	15	15	
Підготовка до ПК	<u>Питання для підготовки до заліку</u>	30 с.о.	30 с.о.	-
Підсумкове тестування	<u>Підсумковий контроль</u>	2	2	

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Силабус навчальної дисципліни
Технології профілактики професійного вигорання



5. Види і зміст контрольних заходів

Вид заняття/роботи	Вид поточного контрольного заходу	Зміст к/з*	Критерії оц. та термін виконання*	Усього балів
1	2	3	4	5
Поточний контроль				
Усна доповідь	Пр.1. Професійне вигорання як психологічна та соціально-педагогічна проблема	Див. MOODLE	Див. MOODLE	5
Тест	Перевірка до самостійної роботи (після усного опитування на Л2)	Див. MOODLE	Див. MOODLE	5
Робота в групах	Пр.2. Аналіз причин професійного вигорання у професіях допомагаючого типу	Див. MOODLE	Див. MOODLE	5
Усна доповідь, відпрацювання навичок	Пр.3. Структура, симптоми та стадії професійного вигорання	Див. MOODLE	Див. MOODLE	5
Письмова робота	Термінологічний диктант до Л4	Див. MOODLE	Див. MOODLE	2
Усно, з попередньою заготовкою аргументів	Пр.4. Дискусія «Основні фактори ризику професійного вигорання у діяльності соціального педагога»	Див. MOODLE	Див. MOODLE	5
Письмова робота з усним захистом	Пр.5. Розробка пам'ятки для соціального педагога щодо профілактики професійного вигорання	Див. MOODLE	Див. MOODLE	5
Тест	Проміжне тестування	Див. MOODLE	Див. MOODLE	5
Письмова робота	Пр.6. Аналіз методів діагностики професійного вигорання та інтерпретація результатів	Див. MOODLE	Див. MOODLE	5
Тест	Експрес-тестування	Див. MOODLE	Див. MOODLE	2
Усна доповідь	Пр.7. Роль управління стресом у профілактиці професійного вигорання	Див. MOODLE	Див. MOODLE	4
Письмова робота	Пр.8. Розбір професійних кейсів, пов'язаних із проявами професійного вигорання	Див. MOODLE	Див. MOODLE	4
Письмова робота	Пр.9. Розробка індивідуальної програми профілактики професійного вигорання	Див. MOODLE	Див. MOODLE	4
Письмова робота	Пр.10. Аналіз особистих ресурсів та стратегій підтримки психологічного благополуччя фахівця	Див. MOODLE	Див. MOODLE	4
Усього поточний к.	14			60
Підсумковий контроль				
Залік	Теоретичне завдання	Питання для підготовки	Див. MOODLE	20
	Практичне завдання	Завдання	Див. MOODLE	20
Усього підсумковий контроль				40
УСЬОГО				100



Шкала оцінювання ЗНУ: національна та ECTS

За шкалою ECTS	За шкалою університету	За національною шкалою	
		Екзамен	Залік
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	Зараховано
B	85 – 89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75 – 84 (добре)		
D	70 – 74 (задовільно)	3 (задовільно)	
E	60 – 69 (достатньо)		
FX	35 – 59 (незадовільно – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	Не зараховано
F	1 – 34 (незадовільно – з обов’язковим повторним курсом)		

6. Основні навчальні ресурси

Рекомендована література

- Астремська І. В. Прикладні методики та основи супервізії в соціальній роботі: навчальний посібник. Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2017. 396 с.
- Балакірева К. О. Методичні рекомендації для спеціалістів соціальних служб «Профілактика та подолання професійного та емоційного вигорання». URL: <https://www.slideshare.net/slideshow/ss-48391940/48391940>
- Горбенко А. С., Савельчук І. Б. Чинники впливу синдрому професійного вигорання на успішність діяльності соціальних працівників *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф.* (Запоріжжя, 2 листоп. 2022 р.) / редкол.: В. Л. Погребна, В. В. Кузьмін, Н. В. Островська, Т. О. Бородулькіна та ін. Запоріжжя : НУ «Запоріж. політехніка», 2022. С. 20–22.
- Грицанюк В. В., Іванів А. А. Супервізія як метод професійного зростання фахівців соціальної сфери. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 5: Педагогічні науки: реалії та перспективи.* 2024. Вип. 98. С. 33–36.
- Коляда Н. В., Король С. М., Теслик Н. М. Превентивна профілактика вигорання у професійному самозбереженні здоров'я соціальних працівників та психологів *Проблеми соціальної роботи: філософія, соціологія, психологія.* 2019. №1. С. 7–12. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/prcr_2019_1_3
- Кононенко О. О. Професійне вигорання у педагогів: сутність, ознаки, профілактика. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти.* 2020. Вип. 10.– С. 145–153.
- Крупник З. І. Соціальна та психологічна компетентності як умова професійного становлення працівника соціальної сфери. *Інноваційна педагогіка: науковий журнал Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.* Випуск 46. Видавничий дім «Гельветика». 2022. С. 194–198.
- Крупник З. Стрес та професійне вигорання серед фахівців соціальної сфери: причини і способи профілактики. *Трансформаційні процеси соціально-гуманітарної освіти сучасної України в умовах війни: виклики, проблеми та перспективи.* 2024. С. 31–35.
- Лисенкова І. П., Гончарова Г. В. Діагностика, профілактика та корекція синдрому емоційного вигорання у соціальних робітників. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України.* 2018. Вип. 3. URL: https://nadpsu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/09/visnik_3_2018_psh.pdf



10. Любченко Н. В., Білик Н. І. Супервізія як технологія післядипломної освіти педагогічних працівників у контексті. *Концепції «Нова українська школа». Імідж сучасного педагога.* 2021. № 5 (200). С. 5–13.
11. Малишко О. С. Профілактика професійного вигорання соціальних працівників засобами супервізії. *Сучасні реалії та перспективи соціального виховання особистості в різних соціальних інституціях : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.* (Харків, 7 листоп. 2024 р.). Харків, 2024.— С. 171–176.
12. Миколук С. Професійне вигорання соціальних працівників в умовах війни. *Humanitas.* 2022. № 6. С. 38–43.
13. Сіпко Л. О., Бузницька Л. С. Психологічні детермінанти професійного вигорання у працівників соціономічних професій. *Психологічний часопис.* 2019. Т. 5, № 9. С. 220–233.
14. Суровцева І., Леонов О. Передумови професійного вигорання фахівців із соціальної роботи та шляхи його подолання. *Вісник Приазовського державного технічного університету : зб. наук. праць.* 2023. Вип. 10. С. 95–101.
15. Maslach C., Schaufeli W. B., Leiter M. P. Job Burnout. *Annual Review of Psychology.* 2001. № 52. P. 397–422.



16.7. Регуляції і політики курсу

Відвідування занять. Регуляція пропусків.

Очікується, що всі студенти відвідають усі лекції і практичні заняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. Студенти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом. У разі наявності поважної причини для пропуску заняття або невиконання завдань у встановлений термін, передбачається відпрацювання студентом пропущеного матеріалу протягом наступних двох тижнів, або за домовленістю з викладачем.

За умови систематичних пропусків може бути застосована процедура повторного вивчення дисципліни (див. посилання на Положення у додатку до силабусу).

Політика академічної доброчесності

Усі учасники навчального процесу дотримуються академічної доброчесності. Під час виконання письмових видів робіт або під час підготовки виступів, які передбачають самостійне опрацювання літературних та інших джерел плагіат не допускається. Використання всіх теоретичних матеріалів передбачає обов'язкове посилання на офіційне джерело (автора). Виявлення плагіату або факту, що робота повністю виконана штучним інтелектом стає підставою для незарахування виконаної роботи.

Якщо ви не впевнені, що таке плагіат, фабрикація, фальсифікація, порадьтеся з викладачем. До студентів, у роботах яких буде виявлено списування, плагіат чи інші прояви недоброчесної поведінки можуть бути застосовані різні дисциплінарні заходи (див. посилання на Кодекс академічної доброчесності ЗНУ в додатку до силабусу).

Використання комп'ютерів/телефонів на занятті

Будь ласка, вимкніть на беззвучний режим свої мобільні телефони та не користуйтеся ними під час занять, якщо інше не передбачене завданням. Мобільні телефони відволікають викладача та ваших колег. Під час занять заборонено надсилання текстових повідомлень, прослуховування музики, перевірка електронної пошти, соціальних мереж тощо. Електронні пристрої можна використовувати лише за умови виробничої необхідності в них (за погодженням з викладачем).

Комунікація

Очікується, що студенти перевірятимуть свою електронну пошту і сторінку дисципліни в Moodle та реагуватимуть своєчасно. Всі робочі оголошення можуть надсилатися через старосту, на електронну пошту та розміщуватимуться в Moodle. Будь ласка, перевіряйте повідомлення вчасно. Ел. пошта має бути підписана справжнім ім'ям і прізвищем. Адреси типу **user123@gmail.com** *не приймаються!*

Визнання результатів неформальної/інформальної освіти

Для зарахування результатів неформальної/інформальної освіти необхідно завчасно обговорити це з викладачем та визначити які види робіт відповідають обраним програмам підготовки. Оптимально якщо обраний курс безпосередньо торкається тематики курсу і триває не менше 15 годин, в такому випадку можливе зарахування визідного сертифікату в якості ІНДЗ (20 балів практичної частини підсумкового контролю).

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Силабус навчальної дисципліни
Технології профілактики професійного вигорання
ДОДАТКОВА ІНФОРМАЦІЯ



ГРАФІК ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ 2024-2025 н. р. доступний за адресою: <https://tinyurl.com/yckze4jd>.
НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС ТА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ОСВІТИ. Перевірка набутих студентами знань, навичок та вмінь (атестації, заліки, іспити та інші форми контролю) є невід'ємною складовою системи забезпечення якості освіти і проводиться відповідно до Положення про організацію та методику проведення поточного та підсумкового семестрового контролю навчання студентів ЗНУ: <https://tinyurl.com/y9tve4lk>.

ПОВТОРНЕ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІН, ВІДРАХУВАННЯ. Наявність академічної заборгованості до 6 навчальних дисциплін (в тому числі проходження практики чи виконання курсової роботи) за результатами однієї екзаменаційної сесії є підставою для надання студенту права на повторне вивчення зазначених навчальних дисциплін. Порядок повторного вивчення визначається Положенням про порядок повторного вивчення навчальних дисциплін та повторного навчання у ЗНУ: <https://tinyurl.com/y9pkmmp5>. Підстави та процедури відрахування студентів, у тому числі за невиконання навчального плану, регламентуються Положенням про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів у ЗНУ: <https://tinyurl.com/yeds57la>.

ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ. Порядок і процедури врегулювання конфліктів, пов'язаних із корупційними діями, зіткненням інтересів, різними формами дискримінації, сексуальними домаганнями, міжособистісними стосунками та іншими ситуаціями, що можуть виникнути під час навчання, регламентуються Положенням про порядок і процедури вирішення конфліктних ситуацій у ЗНУ: <https://tinyurl.com/57wha734>. Конфліктні ситуації, що виникають у сфері стипендіального забезпечення здобувачів вищої освіти, вирішуються стипендіальними комісіями факультетів, коледжів та університету в межах їх повноважень, відповідно до: Положення про порядок призначення і виплати академічних стипендій у ЗНУ: <https://tinyurl.com/yd6bq6p9>; Положення про призначення та виплату соціальних стипендій у ЗНУ: <https://tinyurl.com/y9r5dpwh>.

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА. Телефон довіри практичного психолога **Марті Ірини Вадимівни** (061) 228-15-84, (099) 253-78-73 (щоденно з 9 до 21).

УПОВНОВАЖЕНА ОСОБА З ПИТАНЬ ЗАПОБІГАННЯ ТА ВИЯВЛЕННЯ КОРУПЦІЇ Запорізького національного університету: **Банах Віктор Аркадійович**
Електронна адреса:
Гаряча лінія: Тел.

РІВНІ МОЖЛИВОСТІ ТА ІНКЛЮЗИВНЕ ОСВІТНЄ СЕРЕДОВИЩЕ. Центральні входи усіх навчальних корпусів ЗНУ обладнані пандусами для забезпечення доступу осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення. Допомога для здійснення входу у разі потреби надається черговими охоронцями навчальних корпусів. Якщо вам потрібна спеціалізована допомога, будь ласка, зателефонуйте (061) 228-75-11 (начальник охорони). Порядок супроводу (надання допомоги) осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення у ЗНУ: <https://tinyurl.com/ydhcsagx>.

РЕСУРСИ ДЛЯ НАВЧАННЯ

НАУКОВА БІБЛІОТЕКА: <http://library.znu.edu.ua>. Графік роботи абонементів: понеділок-п'ятниця з 08.00 до 16.00; вихідні дні: субота і неділя.

СИСТЕМА ЕЛЕКТРОННОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАННЯ (MOODLE): <https://moodle.znu.edu.ua>
Якщо забули пароль/логін, направте листа з темою «Забув пароль/логін» за адресою: moodle.znu@znu.edu.ua.

У листі вкажіть: прізвище, ім'я, по-батькові українською мовою; шифр групи; електронну адресу.
Якщо ви вказували електронну адресу в профілі системи Moodle ЗНУ, то використовуйте посилання для відновлення паролю <https://moodle.znu.edu.ua/mod/page/view.php?id=133015>.

ЦЕНТР ІНТЕНСИВНОГО ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНИХ МОВ: <http://sites.znu.edu.ua/child-advance/>
ЦЕНТР НІМЕЦЬКОЇ МОВИ, ПАРТНЕР ГЕТЕ-ІНСТИТУТУ: <https://www.znu.edu.ua/ukr/edu/oczn/nim>
ШКОЛА КОНФУЦІЯ (ВИВЧЕННЯ КИТАЙСЬКОЇ МОВИ): <http://sites.znu.edu.ua/confucius>