

Навчальна дисципліна
Технології профілактики
професійного вигорання

підготовки бакалавра
денної та заочної форм здобуття освіти
освітньо-професійна програма «Соціальна педагогіка»
спеціальності 231 – «Соціальна робота»
галузі знань 23 – Соціальна робота

Кандидат педагогічних наук,
доцент, доцент кафедри соціальної
педагогіки та спеціальної освіти

Лещенко Олена
Геннадіївна

Мета курсу:

- засвоєння комплексу знань та вмінь щодо технологій профілактики професійного вигорання у фахівців соціальної сфери (соціальних педагогів, соціальних працівників), застосування практичних технік підтримки емоційного стану, саморегуляції та відновлення особистісного ресурсу.

Завдання курсу:

1. Оволодіння теоретичними знаннями про основні підходи до вивчення професійного та емоційного вигорання в діяльності фахівців допомагаючих та суміжних до них професій, причини виникнення, основні симптоми та форми прояву, його вплив на поведінку, професійну діяльність й психічне здоров'я особистості;
2. Розвиток та формування умінь для виявлення основних проявів синдрому вигорання у фахівців;
3. Ознайомлення з основами психічної саморегуляції професіонала як умови профілактики професійного вигорання.

Компетентності, що формуються під час курсу

ЗК-4. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК-5. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК-6. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК-13. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

СК-10. Здатність розробляти шляхи подолання соціальних проблем і знаходити ефективні методи їх вирішення.

СК-12. Здатність ініціювати соціальні зміни, спрямовані на піднесення соціального добробуту.

СК-14. Здатність до застосування методів менеджменту для організації власної професійної діяльності та управління діяльністю соціальних робітників і волонтерів, іншого персоналу.

СК-16. Здатність дотримуватися етичних принципів та стандартів соціальної роботи.

СК-18. Здатність до генерування нових ідей та креативності у професійній сфері.

Результати навчання після проходження курсу

РН3. Ідентифікувати, формулювати і розв'язувати завдання у сфері соціальної роботи та соціальної педагогіки, інтегрувати теоретичні знання та практичний досвід.

РН11. Використовувати методи соціальної профілактики для запобігання можливих відхилень у психічному розвитку, порушень поведінки, міжособистісних стосунків, для розв'язання конфліктів, попередження соціальних ризиків та складних життєвих обставин.

РН16. Застосовувати методи менеджменту для організації власної професійної діяльності та управління діяльністю соціальних робітників і волонтерів, іншого персоналу.

РН20. Виявляти етичні дилеми та суперечності у професійній діяльності та застосовувати засоби супервізії для їх розв'язання, в тому числі на етапі раннього втручання.

Питання

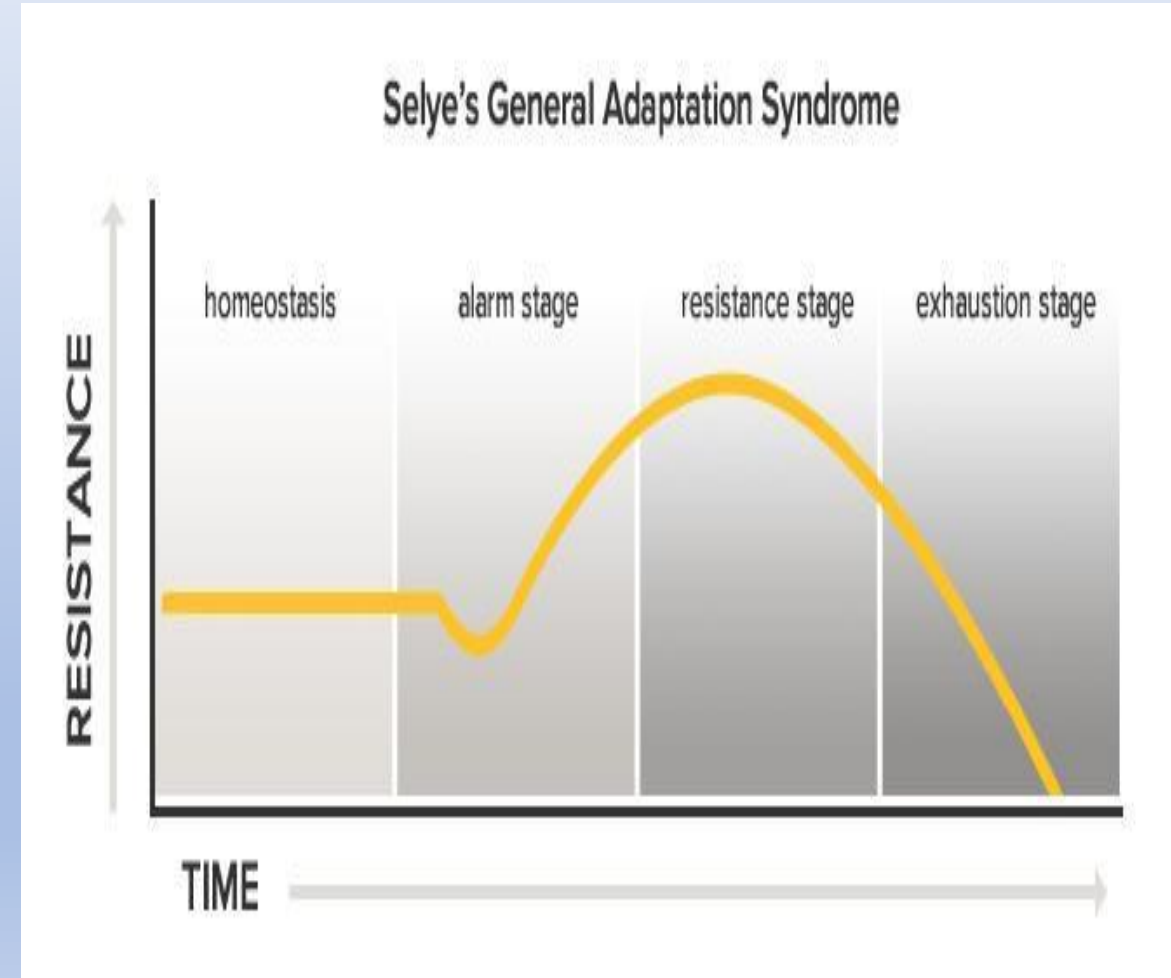
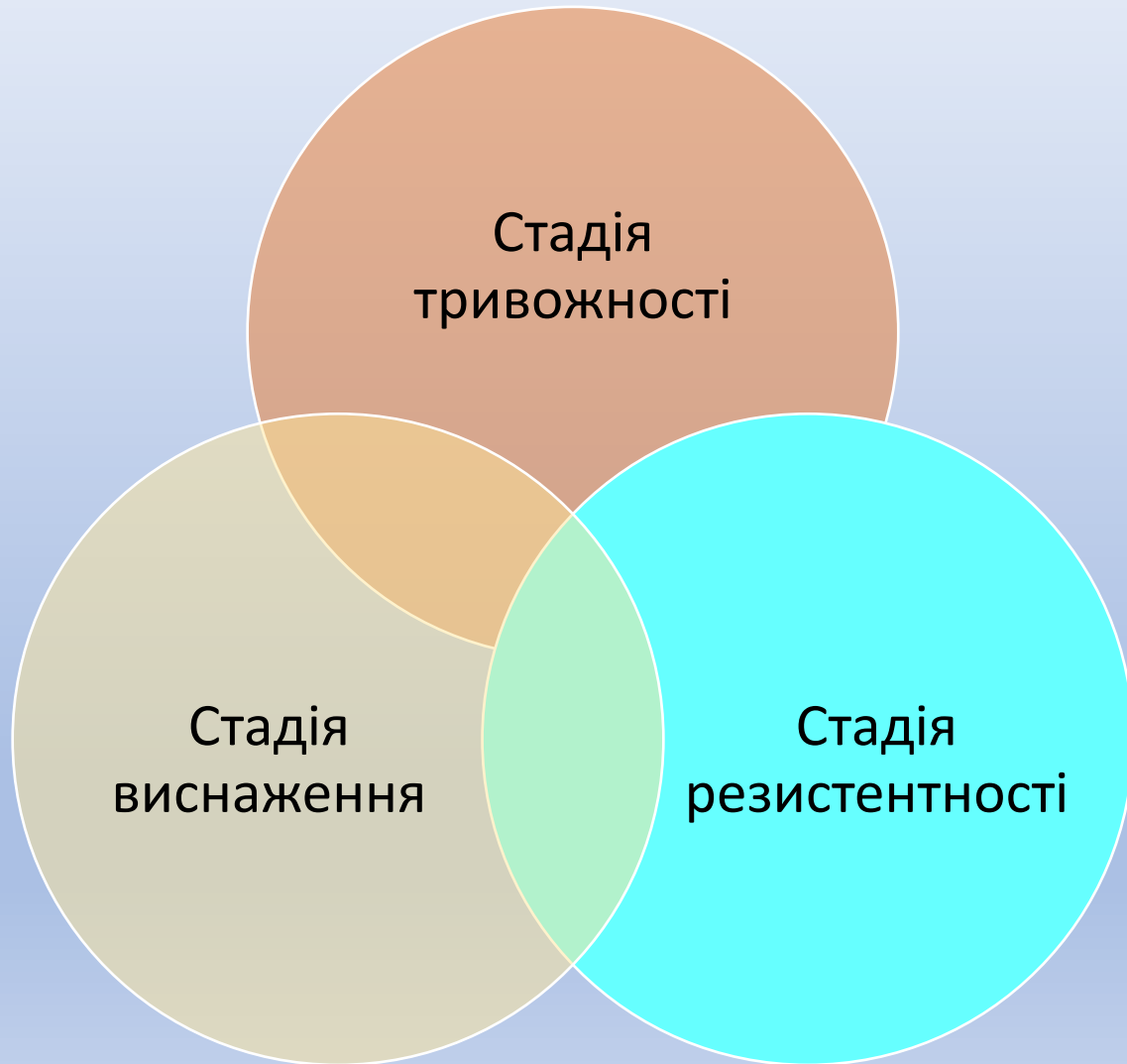
Що перше спадає вам на думку, коли ви думаєте про піклування про себе?

Як змінилася ця потреба в піклуванні про себе для вас як фахівця після початку війни в Україні?

Стрес - це неспецифічна реакція організму у відповідь на несподівану та напружену ситуацію



ГАНС СЕЛЬЄ, КАНАДСЬКИЙ ЕНДОКРИНОЛОГ І БАТЬКО ТЕОРІЇ СТРЕСУ, ВИЗНАЧАЄ **ТРИ СТАДІЇ СТРЕСУ**:



Професійний стрес - емоційний стан людини, який викликається несподіваною та напруженою ситуацією у трудовому колективі, конфліктними взаємовідносинами, інтелектуальним і емоційним перевантаженням.



Соціальні педагоги/працівники можуть зіштовхнутися з різними видами стресу:

ситуаційний стрес, пов'язаний з конкретними напруженими обставинами;

стрес виживання;

емоційний стрес через перевантаження негативними емоціями;

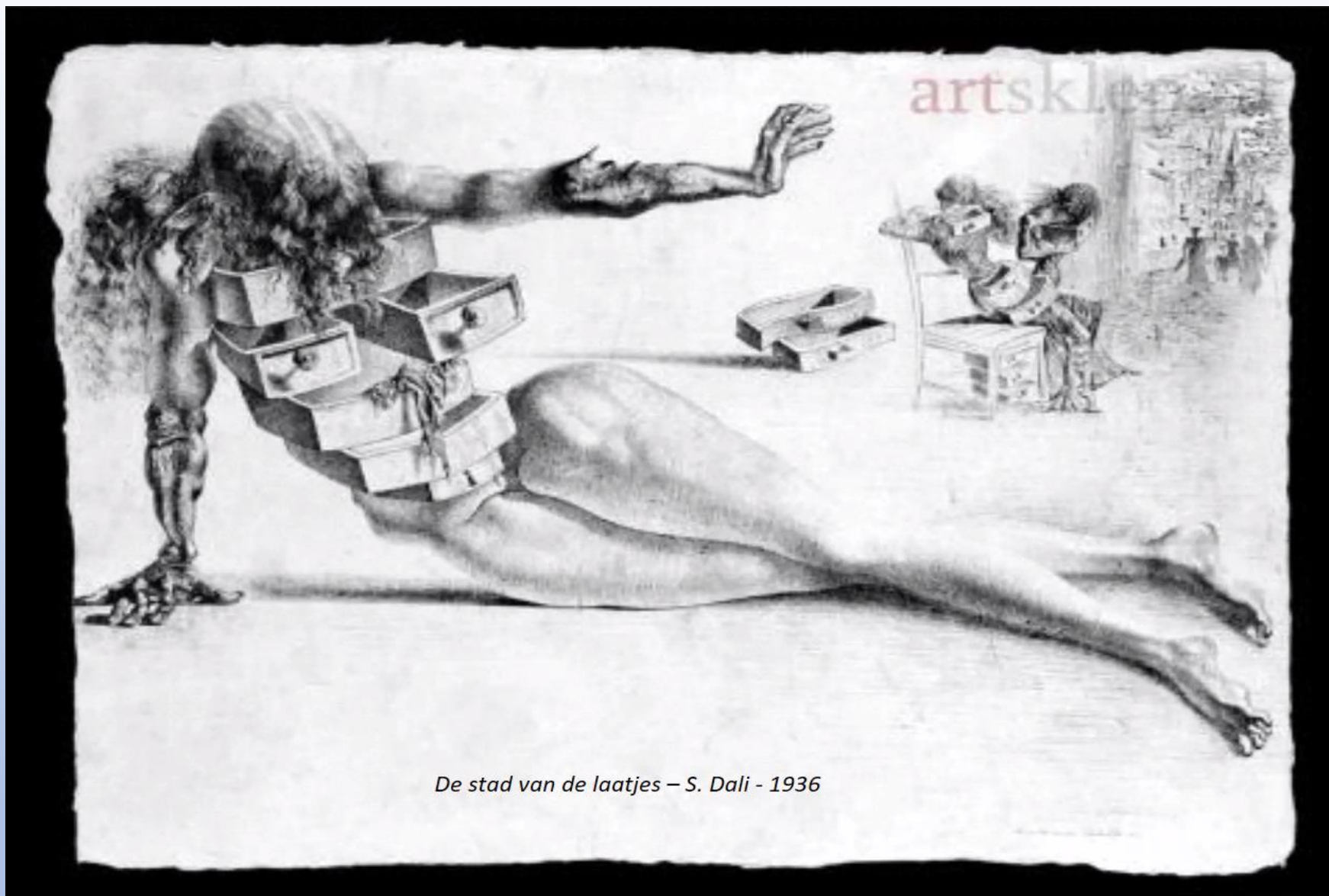
перспективний стрес через невизначеність або думки;

а також соціальний стрес.

Культура постійної посмішки не допомагає:
дає ізоляцію, індивідуалізацію?



**Взаємопідтримка соціальних
педагогів/працівників
через управління перспективами допомоги**



De stad van de laatjes – S. Dali - 1936

**РОЗВИВАЙТЕ ВЗАЄМОПІДТРИМКУ
ЗАМІСТЬ УНИКАННЯ**

**Яка одна річ у вашому оточенні
зараз приносить вам комфорт,
підтримку чи радість?**

**Приєднуйтеся до
курсу і ...
дізнаєтесь більше!**