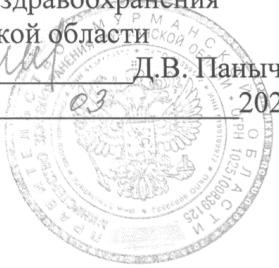


МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЛАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «МУРМАНСКИЙ
ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
СПЕЦИАЛИСТОВ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ»**

СОГЛАСОВАНО

Министр здравоохранения
Мурманской области
Илья
Д. В. Панычев
« 05 » 03 2022г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГООАУ ДПО «МОЦПК СЗ»
М. А. Горохова
« 05 » 03 2022г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**Цикл «Профилактика эмоционального выгорания медицинских
работников»**

**Мурманск
2022**

ОДОБРЕНО

На заседании методического совета

Протокол № 6 дц.02 от 2022 г.

Председатель методического
совета _____

Разработчики:

1. Васильева О.С., социальный педагог 1 категории, практикующий психолог
2. Слипченко Л.А. – методист ГООАУ ДПО «МОЦПК СЗ».

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Профилактика эмоционального выгорания медицинских работников» предназначена для повышения квалификации специалистов со средним медицинским образованием и направлена на совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для профессиональной деятельности в рамках уже имеющейся квалификации.

Программа предусматривает обучение специалистов по основной специальности: «Сестринское дело».

Дополнительные специальности: «Организация сестринского дела», «Лечебное дело», «Акушерское дело», «Стоматология», «Стоматология ортопедическая», «Эпидемиология», «Дезинфекционное дело», «Гигиеническое воспитание», «Лабораторная диагностика», «Гистология», «Лабораторное дело», «Сестринское дело в педиатрии», «Операционное дело», «Аnestезиология и реаниматология», «Общая практика», «Рентгенология», «Функциональная диагностика», «Физиотерапия», «Медицинский массаж», «Лечебная физкультура», «Диетология», «Медицинская статистика», «Стоматология профилактическая», «Судебно-медицинская экспертиза», «Наркология», «Скорая и неотложная помощь», «Бактериология», «Медико-социальная помощь», «Реабилитационное сестринское дело», «Сестринское дело в косметологии».

Настоящая программа дополнительного профессионального образования повышения квалификации разработана на основании нормативной и методической документации:

- Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г.№273-ФЗ (ред. от 03.08.2018);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 01.07.2013 №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Приказа Минобрнауки России от 23.08.2017 N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.09.2017 N 48226);
- Приказа Минздрава России от 03.08.2012 №66н «Об утверждении Порядка и сроков совершенствования медицинскими работниками и фармацевтическими работниками профессиональных знаний и навыков путём обучения по дополнительным профессиональным образовательным программам в образовательных и научных организациях»;
- Федерального закона от 21.11.2011 N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (ред. от 03.08.2018);
- Приказа Минздравсоцразвития РФ от 23.07.2010 №541н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей,

- специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики и должностей работников в сфере здравоохранения»;
- Приказа Минздрава России от 10.02.2016 N 83н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам со средним медицинским и фармацевтическим образованием» (Зарегистрировано в Минюсте России 09.03.2016 N 41337);
 - Письма Минобрнауки России от 21.04.2015 N ВК-1013/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных профессиональных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных профессиональных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения и в сетевой форме»);
 - Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 31 июля 2020 г. №475н «Об утверждении профессионального стандарта «Медицинская сестра / медицинский брат»;
 - Устава и локальных актов Государственного областного образовательного автономного учреждения дополнительного профессионального образования «Мурманский областной центр повышения квалификации специалистов здравоохранения».

Трудоемкость составляет 18 академических часов, форма обучения – заочная.

Содержание программы включает изучение отдельных вопросов профилактики синдрома эмоционального и профессионального выгорания медицинских работников.

Предложенная программа предназначена для повышения психологической компетентности медицинских работников, для освоения приёмов и методов самовосстановления и оказания помощи себе и коллегам, что значительно улучшит самочувствие специалистов, повысит эффективность их труда и качество обслуживания пациентов.

Обучение предусматривает прохождение различных видов занятий, в том числе самостоятельной работы, текущего и итогового контроля знаний, осуществляется с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Итоговая аттестация проходит в форме экзамена, порядок которого регламентируется Положением о проведении итоговой аттестации слушателей по дополнительным профессиональным образовательным программам Государственного областного образовательного автономного учреждения дополнительного профессионального образования «Мурманский областной центр повышения квалификации специалистов здравоохранения».

Лицам, успешно освоившим дополнительную профессиональную образовательную программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдаётся удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Программа разработана для обучения слушателей на цикле «Профилактика эмоционального выгорания медицинских работников».

1.2. Программа предназначена для обучения специалистов со средним медицинским образованием по основной специальности «Сестринское дело», по дополнительным специальностям «Организация сестринского дела», «Лечебное дело», «Акушерское дело», «Стоматология», «Стоматология ортопедическая», «Эпидемиология», «Дезинфекционное дело», «Гигиеническое воспитание», «Лабораторная диагностика», «Гистология», «Лабораторное дело», «Сестринское дело в педиатрии», «Операционное дело», «Аnestезиология и реаниматология», «Общая практика», «Рентгенология», «Функциональная диагностика», «Физиотерапия», «Медицинский массаж», «Лечебная физкультура», «Диетология», «Медицинская статистика», «Стоматология профилактическая», «Судебно-медицинская экспертиза», «Наркология», «Скорая и неотложная помощь», «Бактериология», «Медико-социальная помощь», «Реабилитационное сестринское дело», «Сестринское дело в косметологии».

1.3. Нормативный срок обучения:

Форма обучения – заочная (дистанционное обучение).

Режим обучения – 6 академических часов в день.

Срок обучения – 18 часов

1.4. Целью реализации программы обучения на цикле повышения квалификации является совершенствование компетенций, необходимых для профессиональной деятельности медицинских работников, включающей в себя владение методами профилактики и коррекции профессионального выгорания, диагностическим инструментарием для выявления профессионального выгорания у специалистов, культурой обслуживания пациентов.

Этим обусловлено включение всех специальностей в целевую аудиторию программы.

1.5. Требования к результатам освоения:

В результате освоения программы слушатель должен усовершенствовать следующие знания и умения, необходимые для качественного изменения компетенций.

Слушатель должен знать:

- понятия «эмоциональное выгорание», «профессиональное выгорание»;
- основные подходы к проблеме профессионального выгорания;
- составляющие синдромов профессионального и эмоционального выгорания; теории стресса и стрессоустойчивости;

- особенности формирования данных синдромов у медицинских работников;
- основные методы профилактики профессионального выгорания медицинских работников.

Слушатель должен уметь:

- распознавать симптомы эмоционального и профессионального выгорания;
- владеть навыками профилактики и предупреждения эмоционального и профессионального выгорания;
- выявлять симптомы профессионального выгорания.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ЦИКЛА ОБУЧЕНИЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ
«Сестринское дело»

Цикл	«Профилактика эмоционального выгорания медицинских работников»
Цель:	повышение квалификации
Категория слушателей:	Специалисты, имеющие среднее профессиональное образование по основной специальности: «Сестринское дело», по дополнительным специальностям «Организация сестринского дела», «Лечебное дело», «Акушерское дело», «Стоматология», «Стоматология ортопедическая», «Эпидемиология», «Дезинфекционное дело», «Гигиеническое воспитание», «Лабораторная диагностика», «Гистология», «Лабораторное дело», «Сестринское дело в педиатрии», «Операционное дело», «Аnestезиология и реаниматология», «Общая практика», «Рентгенология», «Функциональная диагностика», «Физиотерапия», «Медицинский массаж», «Лечебная физкультура», «Диетология», «Медицинская статистика», «Стоматология профилактическая», «Судебно-медицинская экспертиза», «Наркология», «Скорая и неотложная помощь», «Бактериология», «Медико-социальная помощь», «Реабилитационное сестринское дело», «Сестринское дело в косметологии».
Объем часов:	18 часов
Форма обучения:	заочная (дистанционное обучение)
Режим занятий:	6 академических часов в день

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Теоретические основы эмоционального выгорания медицинских работников	6	6	-	Текущий контроль
2.	Профессиональное выгорание медицинских работников	6	6	-	
3.	Разработка мероприятий по профилактике эмоционального выгорания	5	5	-	
4.	Итоговая аттестация.	1	1	-	тестирование
5.	ИТОГО	18	18	-	

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
ЦИКЛА ОБУЧЕНИЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ
«Сестринское дело»**

Цикл	«Профилактика эмоционального выгорания медицинских работников»
Цель:	повышение квалификации
Категория слушателей:	Специалисты, имеющие среднее профессиональное образование по основной специальности: «Сестринское дело», по дополнительным специальностям «Организация сестринского дела», «Лечебное дело», «Акушерское дело», «Стоматология», «Стоматология ортопедическая», «Эпидемиология», «Дезинфекционное дело», «Гигиеническое воспитание», «Лабораторная диагностика», «Гистология», «Лабораторное дело», «Сестринское дело в педиатрии», «Операционное дело», «Аnestезиология и реаниматология», «Общая практика», «Рентгенология», «Функциональная диагностика», «Физиотерапия», «Медицинский массаж», «Лечебная физкультура», «Диетология», «Медицинская статистика», «Стоматология профилактическая», «Судебно-медицинская экспертиза», «Наркология», «Скорая и неотложная помощь», «Бактериология», «Медико-социальная помощь», «Реабилитационное сестринское дело», «Сестринское дело в косметологии».
Объем часов:	18 часов
Форма обучения:	заочная (дистанционное обучение)
Режим занятий:	6 академических часов в день

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Прак тика	
1.	Теоретические основы эмоционального выгорания медицинских работников	6	6	-	Текущий контроль
1.1	Сущность понятия «эмоциональное выгорание»	2	2	-	
1.2	Составляющие синдрома эмоционального выгорания	2	2	-	

1.3	Особенности формирования эмоционального выгорания медицинских работников	2	2	-	
2.	Профессиональное выгорание медицинских работников	6	6	-	
2.1	Сущность понятия «профессиональное выгорание»	2	2	-	
2.2	Основные симптомы профессионального выгорания	2	2	-	
2.3	Особенности формирования синдрома профессионального выгорания у медицинских работников	2	2	-	
3.	Разработка мероприятий по профилактике эмоционального выгорания	5	5	-	
3.1	Предупреждение эмоционального выгорания у медицинских работников	2	2	-	
3.2	Рекомендации по профилактике эмоционального выгорания у медицинских работников	2	2	-	
3.3	Профилактика эмоционального выгорания при работе с пациентами с COVID-19	1	1	-	
4.	Итоговая аттестация.	1	1	-	тестирование
5.	ИТОГО	18	18	-	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

цикл: «Профилактика эмоционального выгорания медицинских работников»

сроки проведения цикла: _____

даты		
учебный процесс	ДО	ИА
кол - во часов	17	1

ДО – дистанционное обучение

ИА – итоговая аттестация

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА (РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА)

Наименование разделов и тем	Содержание
Раздел 1	Теоретические основы эмоционального выгорания медицинских работников
Тема 1.1. Сущность понятия «эмоциональное выгорание»	Теория: Определение понятий «выгорание», «эмоциональное выгорание», «синдром эмоционального выгорания» в работах зарубежных и отечественных авторов.
Тема 1.2. Составляющие синдрома эмоционального выгорания	Теория: Три составляющие синдрома эмоционального выгорания, компоненты и проявления синдрома выгорания в профессиональной деятельности, факторы развития синдрома выгорания.
Тема 1.3. Особенности формирования эмоционального выгорания медицинских работников	Теория: Классификация профессий по критерию трудности и вредности, специфика деятельности медицинских работников. Специфика стрессоров, влияющих на медицинский персонал. СЭВ у медицинских работников.
Раздел 2	Профессиональное выгорание медицинских работников
Тема 2.1. Сущность понятия «профессиональное выгорание»	Теория: Определение понятий «психическое состояние», «профессиональное выгорание». Характеристики профессионального выгорания. Понятие «профессиональной деформации личности». Стадии развития профессионального выгорания.
Тема 2.2. Основные симптомы профессионального выгорания	Теория: Основные проявления синдрома профессионального выгорания.
Тема 2.3. Особенности формирования синдрома профессионального выгорания у медицинских работников	Теория: Основные симптомы неуправляемого стресса, причины и факторы синдрома профессионального выгорания.

Раздел 3	Разработка мероприятий по профилактике эмоционального выгорания
Тема 3.1. Предупреждение эмоционального выгорания у медицинских работников	Теория: Рекомендации руководителю по профилактике эмоционального выгорания сотрудников. Рекомендации сотрудникам (медицинским работникам) по профилактике эмоционального выгорания.
Тема 3.2. Рекомендации по профилактике эмоционального выгорания у медицинских работников	Теория: Балинтовские группы как основной метод профилактики профессиональной деформации у медицинского персонала.
Тема 3.3. Профилактика эмоционального выгорания при работе с пациентами с COVID-19	Теория: Механизмы развития профессионального стресса у медицинских работников, работающих с пациентами с наличием COVID-19. Предотвращение эмоционального выгорания в условиях работы с пациентами с наличием COVID -19.

Виды самостоятельной работы:

- работа с конспектом лекции, с презентацией;
- изучение учебных материалов;
- работа со справочной литературой;
- выполнение заданий для самоконтроля знаний;
- решение тестовых заданий.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Материально-техническое обеспечение программы.

Обучение по настоящей программе проводится с применением дистанционных образовательных технологий и предусматривает самостоятельное освоение слушателями учебных, методических и дидактических материалов, опубликованных на образовательном портале учреждения (сайт дистанционного обучения с размещённой на нем СДО «Moodle»).

Цифровой образовательный контент представлен: текстовой информацией с использованием схем, таблиц; мультимедийной составляющей (презентации); блоком заданий для контроля (тесты для итогового контроля). Доступ к контенту обеспечивается посредством предоставления индивидуального логина и пароля обучающимся через образовательный интернет-портал Учреждения, обеспечивающих идентификацию пользователей и информационную безопасность. Слушателям предоставляются методические указания по работе в системе дистанционного обучения, методические рекомендации по изучению дистанционного курса.

Реализация программы требует наличия у обучающихся информационного устройства с выходом в Интернет и возможностью просмотра веб-страниц: персональный компьютер, ноутбук или нетбук, планшетный компьютер или смартфон (операционная система Windows).

Образовательная организация обеспечивает функционирование информационной образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающую освоение обучающимися образовательных программ независимо от места нахождения обучающихся.

Требования к учебно-материальному оснащению:

Наименование кабинетов	Вид занятия	Наименование оборудования, программного обеспечения
Компьютерный кабинет	Теоретические, консультации (on-line, off-line)	<ul style="list-style-type: none">– учебно-методические материалы;– ресурсы сети Интернет;– электронная почта;– информационные материалы;– компьютерные системы тестирования и контроля знаний;– ресурсы сети Интернет;– сайт дистанционного обучения с размещённой на нем СДО «Moodle»;– компьютер и т.д.

Оценка качества полного освоения программы осуществляется в виде итоговой аттестации в форме тестирования в соответствии с требованиями и критериями, закреплёнными в локальных нормативных актах Учреждения. Для проведения итоговой аттестации используются 30 тестовых заданий первого уровня, составленных на основании учебно-методических материалов по темам и разделам учебно-тематического плана. Тестирование проходит в онлайн-формате на портале дистанционного обучения учреждения.

2. Требования к квалификации педагогических кадров.

Реализация дополнительной профессиональной программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование и (или) дополнительное профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины/модуля/раздела, обладающими соответствующими навыками в вопросах использования новых информационно-коммуникационных технологий при организации обучения и имеющих опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы.

3. Требования к информационному обеспечению обучения (перечень рекомендуемых учебных и периодических изданий, электронных ресурсов, дополнительной литературы, УМК, учебно-методическая документация, нормативная документация):

3.1. Основные источники:

1. Абрамова, Г.С. Психология в медицине / Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдчиц. – М.: Наука, 2018.
2. Бабич, О.И. Личностные ресурсы преодоления синдрома профессионального выгорания / О.И. Бабич // Иркутск: ИПКРО, 2019.
3. Баробанова, М.В. Изучение психологического содержания синдрома «эмоционального сгорания» / М.В. Баробанова// Вестник МГУ. – 2016. – №1.
4. Башенкова, Л.А. Диагностика синдрома эмоционального выгорания и мероприятия, направленные на его предупреждение / Л.А. Башенкова, Е.В. Кухарская// Среднее профессиональное образование. – 2016. – №11.
5. Березовская, Л.Г. К вопросу о критериях риска развития «синдрома эмоционального выгорания» / Л.Г. Березовская, В.Ю. Слабинский, С.А. Подсадный // Проблемы исследования синдрома «выгорания» и пути его коррекции у специалистов «помогающих» профессий (в медицинской, психологической и педагогической практике / под ред. В.В. Лукьянова, С.А. Подсадного-Курск: КГУ, 2007.
6. Бойко, В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении /В.В. Бойко. – СПб.: Питер, 2017.
7. Бойко, Р.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / Р.В. Бойко. – М.: Филинъ, 2016.
8. Бочарова, Ю.Ю. Профессиональное сознание как фактор профилактики эмоционального выгорания специалист социальной сферы/Ю.Ю.

- Бочарова//Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. – 2016. – Т. 1. – № 3.
9. Винокур, В.А. Профессиональный стресс у медицинских работников/В.А. Винокур // Вестник МАПО. – 2017. – № 2.
10. Винокур, В.А. Синдром профессионального выгорания у медицинских работников: психологические характеристики и методические 42 аспекты диагностики/В.А. Винокур, О.В. Рыбина//Психодиагностика и психокоррекция/Руководство для врачей и психологов. – СПб.:Питер, 2018.
11. Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика/ Н. Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Питер, 2015.
12. Водопьянова, Н.Е. Воспринимаемая самоэффективность и ресурсообеспеченность как факторы, препятствующие профессиональному выгоранию / Н.Е. Водопьянова, А.Н. Густеёва // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и psychology. – 2017. – № 4.
13. Водопьянова, Н.Е. Позитивный подход к противодействию профессиональному выгоранию / Н.Е. Водопьянова, К.Н. Шестакова // Современные исследования социальных проблем. – 2016. – № 3 (35).
14. Водопьянова, Н.Е. Современные подходы к превенции синдрома выгорания: коллективная монография / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова // Современные проблемы исследования синдрома выгорания у специалистов коммуникативных профессий. – Курск: КГУ, 2018.

3.2. Дополнительные источники:

1. Авхименко М.М. Некоторые факторы риска труда медика/М.М. Авхименко // Медицинская помощь. - М.: Медицина, 2003. - № 2.
2. Знаков В.В. Исследование профессионально важных качеств у мед. работников // Психологический журнал. - 2004. - №3.
3. Хетагурова А.К. Этико-деонтологические аспекты в работе сестринского персонала/А.К. Хетагурова // Сестринское дело. - М.: Издательский дом медицинский вестник, 2003. - № 6.

3.3. Электронные ресурсы:

1. <http://vch.narod.ru/file.htm> // Методика диагностики уровня эмоционального выгорания (В.В. Бойко).

ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Оценка качества освоения тем программы проводится в процессе текущего контроля знаний (вопросы для самоконтроля).

Оценка качества полного освоения программы осуществляется в виде итоговой аттестации в форме тестирования в соответствии с требованиями и критериями, закреплёнными в локальных нормативных актах Учреждения.

ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ

Название	Формы контроля
«Профилактика эмоционального выгорания медицинских работников»	Вопросы для самоконтроля

ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Итоговая аттестация проводится в виде тестового контроля.

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ (ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ)

1. Определение понятий: «выгорание», «эмоциональное выгорание», «синдром эмоционального выгорания», «психическое состояние», «профессиональное выгорание», «профессиональной деформации личности», «балинтовские группы».
2. Кто впервые и когда ввел термин «выгорание» в американской психотерапии?
3. Кто впервые систематизировал характеристики синдрома выгорания и разработал опросник для его количественной оценки?
4. Кто одним из первых отечественных исследователей вплотную занялся проблемой выгорания?
5. Опишите три составляющие синдрома эмоционального выгорания согласно авторам, К. Маслач и С. Джексон.
6. Какие компоненты и проявления синдрома выгорания в профессиональной деятельности были выделены в исследованиях?
7. Какие профессии по классификации профессий по "критерию трудности и вредности" деятельности выделяет А.С. Шафранова?
8. Какие психологические стресс-факторы сказываются на медицинском персонале?
9. Какие факторы влияют на развитие хронического стресса у среднего медицинского персонала?
10. Опишите три типа медицинских сестер, которым угрожает СЭВ.
11. Перечислите внешние факторы, способствующие возникновению профессионального выгорания.
12. Опишите основные характеристики профессионального выгорания.
13. Перечислите основные проявления синдрома профессионального выгорания.
14. Что относится к основным симптомам неуправляемого стресса?
15. Назовите основные причины и факторы синдрома профессионального выгорания.
16. Перечислите рекомендации руководителю по профилактике эмоционального выгорания сотрудников.
17. Назовите основные рекомендации сотрудникам (медицинским работникам) по профилактике эмоционального выгорания.
18. Приведите примеры методов и приемов эмоционального выгорания медицинских работников.
19. Кто и когда ввел понятие «балинтовские группы»?
20. Опишите принцип работы балинтовских групп как основной метод профилактики профессиональной деформации у медицинского персонала.

21. Опишите механизмы развития профессионального стресса у медицинских работников, работающих с пациентами с наличием COVID-19.
22. Какие наиболее значимые факторы эмоционального выгорания в экстремальных условиях выполнения служебной деятельности существуют?
23. Приведите примеры методов предотвращения эмоционального выгорания в условиях работы с пациентами с наличием COVID -19.

ОБРАЗЕЦ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Выберите один правильный ответ.

1. В зарубежной литературе синдром эмоционального выгорания обозначается термином:

- a. *burnout*
- б. *burn it up*
- в. *butthurt*
- г. *asshole*

2. Термин «эмоциональное выгорание» впервые введен:

- а. Стивеном Содербергом
- б. Гербертом Фреденбергом
- в. Владимиром Путиным
- г. Майклом Фассбендером

3. Термин «эмоциональное выгорание» впервые введен:

- а. 28 января 1986 года
- б. в середине 70-х годов 19 века
- в. в середине 70-х годов 20 века
- г. в начале 21 века

4. Специалисты связывают эмоциональное выгорание в основном с:

- а. невозможностью принятия человеком своей гендерной идентичности
- б. влиянием политических убеждений на профессиональное поведение и социальную жизнь
- в. переносом стереотипных форм профессионального поведения в повседневную социальную жизнь
- г. геополитической обстановкой

5. Синдром эмоционального выгорания включает в себя следующие компоненты:

- а. психологические, психофизиологические и поведенческие
- б. психологические, половые и поведенческие
- в. психологические, пищевые и поведенческие
- г. психофизиологические, поведенческие и нейрогуморальные

ЭТАЛОН ОТВЕТОВ ИТОГОВОГО ТЕСТИРОВАНИЯ (30 ТЕСТОВ)

№	Ответы	№	Ответы	№	Ответы	№	Ответы	№	Ответы	№	Ответы
1	A	6		11		16		21		26	
2	Б	7		12		17		22		27	
3	В	8		13		18		23		28	
4	В	9		14		19		24		29	
5	A	10		15		20		25		30	