



Федеральное государственное бюджетное
учреждение дополнительного эмоционального
образования «Санкт-Петербургский институт
усовершенствования врачей-экспертов»
Министерства труда и социальной защиты
Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ФБУ ДПО СПб ИУВЭК
Минтруда России, д.р. мед. наук,

Ю. Н. Владимирова

2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«Психопрофилактика и психотерапия эмоционального выгорания
специалистов, оказывающих помощь больным с хроническими
инвалидизирующими заболеваниями»
(36 часов)**

по специальностям:

**«ПСИХОТЕРАПИЯ», «ПСИХИАТРИЯ», «НЕВРОЛОГИЯ», «НЕЙРОХИРУРГИЯ»,
«АНЕСТЕЗИОЛОГИЯ-РЕАНИМАТОЛОГИЯ», «ТРАВМАТОЛОГИЯ И
ОРТОПЕДИЯ», «ОНКОЛОГИЯ», «ГЕМАТОЛОГИЯ», «НЕФРОЛОГИЯ»,
«КОЛОПРОКТОЛОГИЯ», «ТЕРАПИЯ», «ПЕДИАТРИЯ», «ХИРУРГИЯ», «ДЕТСКАЯ
ХИРУРГИЯ», «КАРДИОЛОГИЯ», «АЛЛЕРГОЛОГИЯ-ИММУНОЛОГИЯ»,
«ГАСТРОЭНТЕРОЛОГИЯ», «ДЕРМАТОЛОГИЯ», «АКУШЕРСТВО И
ГИНЕКОЛОГИЯ», «ГЕРИАТРИЯ», «НЕОНАТОЛОГИЯ», «КЛИНИЧЕСКАЯ
ПСИХОЛОГИЯ»**

Санкт-Петербург

2022

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Нормативная правовая база

Программа дополнительного профессионального образования «Психопрофилактика и психотерапия эмоционального выгорания специалистов, оказывающих помощь больным с тяжелыми инвалидизирующими заболеваниями» (далее — Программа), представляет собой совокупность требований, обязательных при ее реализации.

Выгорание — это стрессовый синдром, возникающий в результате хронического стресса на работе. Выгорание происходит в основном в профессиях, связанных с взаимодействием с людьми. Медицинские работники (врачи и медсестры) и особенно периперационные клиницисты, по-видимому, подвергаются особому риску эмоционального выгорания. В исследовании, сравнивающем частоту выгорания между врачами США и контрольной выборкой, Shanafelt et al. наблюдали частоту симптомов выгорания у 37,9 % врачей по сравнению с 27,8 % в контрольной популяции ($p < 0,001$). То есть, более чем каждый третий врач испытывает выгорание в любой момент времени. Это может иметь серьезные негативные личные последствия (злоупотребление психоактивными веществами, разрыв отношений и даже самоубийство), а также важные профессиональные последствия, такие как более низкая удовлетворенность пациентов, ухудшение качества медицинской помощи, вплоть до врачебных ошибок.

Родственники тяжелобольных, включенные в систему внебольничной помощи, также испытывают стресс; для описания их психоэмоционального состояния за рубежом широко используются концепция семейного бремени и теоретический конструкт выгорания. Раздражение, гнев, депрессивные и тревожные переживания, восприятие болезни близкого и его поведения как препятствия в жизни, сопровождающиеся чувством вины и стыда, эмоциональным напряжением или даже истощением, характеризуют выраженное эмоциональное неблагополучие у родственников больного. Наличие родственных отношения между опекающим и опекаемым не является фактором, исключая процесс выгорания, а определяет специфику этого процесса.

Поэтому настороженность (бдительность) в отношении феномена эмоционального выгорания для его скорейшего распознавания, параллельно с разработкой адекватных личностных и организационных стратегий для его профилактики и терапии – необходимы для решения этой важной проблемы в современном здравоохранении.

Программа разработана с учетом квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием по направлению подготовки «Здравоохранение и медицинские науки», утвержденных приказом Минздрава России от 08.10.2015 г. № 707н, с учетом квалификационных характеристик, утвержденных приказом Минздравсоцразвития России от 23.07.2010 № 541н (ред. от 09.04.2018) "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения", профессионального стандарта «Врач акушер-гинеколог», утвержденного приказом Минтруда России от 19.04.2021 N 262н, профессионального стандарта "Врач - анестезиолог-реаниматолог", утвержденного приказом Минтруда России от 27.08.2018 N 554н, профессионального стандарта "Врач-гематолог", утвержденного приказом Минтруда России от 11.02.2019 N 68н, профессионального стандарта "Врач-кардиолог", утвержденного приказом Минтруда России от 14.03.2018 N 140н, профессионального стандарта "Врач-невролог", утвержденного приказом Минтруда России от 29.01.2019 N 51н, профессионального стандарта "Врач-неонатолог", утвержденного приказом Минтруда России от 14.03.2018 N 136н, профессионального стандарта "Врач-нефролог", утвержденного приказом Минтруда России от 20.11.2018 N 712н, профессионального стандарта "Врач-гастроэнтеролог", утвержденного приказом Минтруда России от 11.03.2019 N 139н, профессионального стандарта "Врач-колопроктолог", утвержденного приказом Минтруда России от 11.02.2019 N 69н, профессионального стандарта "Врач-дерматовенеролог", утвержденного приказом Минтруда России от 14.03.2018 N 142н,

профессионального стандарта "Врач - аллерголог-иммунолог", утвержденного приказом Минтруда России от 14.03.2018 N 138н, профессионального стандарта «Врач-хирург», утвержденного приказом Минтруда России от 26.11.2018 г. № 743н, профессионального стандарта «Врач-детский хирург», утвержденного приказом Минтруда России от 14.03.2018 г. № 134н, профессионального стандарта «Врач-онколог», утвержденного приказом Минтруда России от 02.06.2021 N 360н, профессионального стандарта «Врач-травматолог-ортопед», утвержденного приказом Минтруда России от 12.11.2018 № 698н, профессионального стандарта «Врач-нейрохирург», утвержденного приказом Минтруда России от 14.03.2018 N 141н, профессионального стандарта «Врач-гериатр» утвержденный приказом Минтруда России от 17.06.2019 N 413н, профессионального стандарта «Врач-лечебник (врач-терапевт участковый)», утвержденного приказом Минтруда России от 21.03.2017 г. №293н, с учетом приказа Минобрнауки России от 12.08.2020 N 988 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - специалитет по специальности 31.05.01 Лечебное дело», федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности «Психиатрия», утвержденного приказом Минобрнауки России от 25.08.2014 № 1062, федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности «Психотерапия», утвержденного приказом Минобрнауки России от 25.08.2014 № 1064, федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности «Клиническая психология», утвержденного приказом Минобрнауки России от 26.05.2020 № 683, приказа Минздрава РФ от 16.09.2003 № 438 "О психотерапевтической помощи" (вместе с "Положением об организации деятельности врача-психотерапевта", "Положением об организации деятельности медицинского психолога, участвующего в оказании психотерапевтической помощи).

Нормативную правовую базу разработки Программы также составляют:

1. Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Закон Российской Федерации от 21.11.2011 года N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
3. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03.09.2013 № 620н «Об утверждении Порядка организации и проведения практической подготовки обучающихся по эмоциональным образовательным программам медицинского образования, фармацевтического образования»;
4. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 07.10.2015 № 700н «О номенклатуре специальностей специалистов, имеющих высшее медицинское и фармацевтическое образование»;
5. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 08.10.2015 № 707н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием по направлению подготовки «Здравоохранение и медицинские науки»;
6. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 3 августа 2012 № 66н «Об утверждении Порядка и сроков совершенствования медицинскими работниками и фармацевтическими работниками эмоциональных знаний и навыков путем обучения по дополнительным эмоциональным образовательным программам в образовательных и научных организациях»;
7. Устав ФГБУ ДПО СПБИУВЭК Минтруда России;
8. Положение о порядке разработки и утверждения дополнительных эмоциональных программ в ФГБУ ДПО СПБИУВЭК Минтруда России.

1.2. Направленность Программы

Направленность Программы практико-ориентированная и заключается в удовлетворении потребностей в профессиональном развитии специалиста, обеспечении соответствия его квалификации меняющимся условиям профессиональной деятельности и социальной среды.

1.3. Цель реализации Программы

Цель реализации Программы – совершенствование профессиональных компетенций врачей и медицинских психологов в области диагностики, психопрофилактики, сочетанной терапии и комплексной психотерапии синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) специалистов, оказывающих помощь хронически больным пациентам, родственников больных с хроническими инвалидизирующими заболеваниями, в том числе родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья; профилактика профессионального выгорания врачей-специалистов

1.4. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение

Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимому для освоения программы: высшее профессиональное образование по одной из специальностей "Лечебное дело", "Педиатрия" и подготовка в интернатуре и (или) ординатуре по одной из клинических специальностей (психотерапия, психиатрия, неврология, нейрохирургия, анестезиология-реаниматология, травматология и ортопедия, онкология, гематология, нефрология, колопроктология, терапия, хирургия, детская хирургия, кардиология, аллергология-иммунология, гастроэнтерология, дерматология, акушерство и гинекология, гериатрия, неонатология); для медицинских психологов - высшее профессиональное психологическое образование и переподготовка по специальности «Клиническая психология».

1.5. Характеристика программы

1.5.1. Для удобства пользования Программой в учебном процессе каждая его структурная единица кодируется. На первом месте ставится код раздела, на втором — код темы, далее — код элемента, затем — код подэлемента. Кодировка вносит определенный порядок в перечень вопросов, содержащихся в Программе, что, в свою очередь, позволяет кодировать контрольно-измерительные (тестовые) материалы в учебно-методическом обеспечении Программы.

1.5.2. Учебный план определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение разделов, устанавливает формы организации учебного процесса и их соотношение (лекции, практические занятия, семинары), формы контроля знаний и умений обучающихся.

С учетом базовых знаний обучающихся и актуальности задач в системе непрерывного образования кафедрой могут быть внесены изменения в распределение учебного времени, предусмотренного учебным планом программы, в пределах 15% от общего количества учебных часов.

1.5.3. В Программу включены планируемые результаты обучения, в которых отражаются требования профессиональных стандартов и квалификационных характеристик по соответствующим должностям, профессиям и специальностям.

1.5.4. Программа содержит требования к итоговой аттестации обучающихся, которая осуществляется в форме зачета и выявляет теоретическую и практическую подготовку в соответствии с целями и содержанием программы.

1.5.5. Организационно-педагогические условия реализации Программы включают:

- а) тематику учебных занятий и их содержание для совершенствования компетенций;
- б) учебно-методическое и информационное обеспечение;
- в) материально-техническое обеспечение;
- г) кадровое обеспечение.

1.5.6. Образовательная деятельность по программе осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

1.5.7. Для лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается обучение по индивидуальному плану — по личному заявлению.

1.6. Требования к итоговой аттестации обучающихся

Обучающийся допускается к итоговой аттестации после успешного освоения программ дисциплин в объеме, предусмотренном учебным планом.

Итоговая аттестация проводится в форме зачета и выявляет теоретическую и практическую подготовку обучающегося в соответствии с целями и содержанием программы. Обучающимся, успешно освоившим дополнительную эмоциональную образовательную программу повышения квалификации и прошедшим итоговую аттестацию, выдаются документы о квалификации (подпункт 1 пункта 10 статьи 60 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»): удостоверение о повышении квалификации.

1.7. Примерная трудоемкость обучения

Примерная трудоемкость обучения по данной программе — 36 учебных часов (1 академический час равен 45 минутам).

Программа реализуется в очной форме обучения:

1 этап — теоретическое и практическое обучение в объеме 6 аудиторных часов в день;

2 этап – обучающий симуляционный курс в объеме 6 часов;

3 этап — итоговая аттестация в объеме 1 часа.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья программа реализуется в том же объеме с возможностью обучения по индивидуальному учебному плану с частичным применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

1.8. Форма обучения

Форма обучения — очная.

1.9. Режим занятий

Примерная учебная нагрузка устанавливается в размере 36 уч. часов в неделю, включая все виды учебной работы слушателя.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

2.1. Характеристика профессиональных компетенций, подлежащих совершенствованию в результате освоения Программы

Выпускник программы знает и применяет в деятельности, как для себя, так и для своих пациентов:

теоретически-методические основы СЭВ у специалистов, оказывающих помощь пациентам с хроническими инвалидизирующими заболеваниями, у родственников, сопровождающих пациентов с хроническими инвалидизирующими заболеваниями, родителей (законных представителей) детей с ОВЗ; принципы диагностики, основы психопрофилактики и психотерапии СЭВ; принципы психологического консультирования, рациональную и когнитивную психотерапию, поведенческую терапию, методы психорегуляции (релаксационные техники, ауто и гетеротренинг, различные техники медитации), основы гипносуггестивной терапии, основы семейной терапии; основные психопатологические симптомы, современную классификацию, этиологию, патогенез, диагностику, в том числе с помощью психолого-диагностических методик и дифференциальную диагностику СЭВ; общие принципы и особенности психотерапии при СЭВ специалистов, оказывающих помощь больным с тяжёлыми инвалидизирующими заболеваниями, родственников (опекунов), сопровождающих данных больных, родителей (законных представителей) детей с ОВЗ.

В результате освоения программы совершенствуются следующие общепрофессиональные компетенции:

в профилактической деятельности:

способность проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения (ОПК-2);

в диагностической деятельности:

способность проводить обследования пациента с целью установления диагноза (ОПК-4);

способность оценивать морфофункциональные, физиологические состояния и патологические процессы в организме человека для решения эмоциональных задач (ОПК-5);

в лечебной деятельности:

способность и готовность назначать лечение и осуществлять контроль его эффективности и безопасности (ОПК-7).

В результате освоения программы формируются (совершенствуются) профессионально-специализированные компетенции:

способность и готовность к постановке диагноза на основании клиничко-анамнестического и психолого-диагностического исследования (ПСК-1);

способность и готовность анализировать преморбидные резидуально-органические нарушения, особенности личности, особенности семейного функционирования, включая семейное воспитание, закономерности функционирования отдельных органов и систем, особенности психопатологического, соматического и (или) психосоматического ответа организма (ПСК-2);

способность и готовность выявлять у пациентов СЭВ, использовать алгоритм постановки диагноза (основного, сопутствующего, осложнений) с учетом Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем (МКБ-10, МКБ-11) и МКФ (ПСК-3);

готовность к применению методов психологического консультирования, когнитивной, поведенческой, основ групповой, семейной и суггестивной психотерапии (ПСК-4).

2.2. Перечень знаний и умений, обеспечивающих совершенствование профессиональных компетенций

Программа направлена на освоение (совершенствование) следующих профессиональных компетенций:

Индекс компетенции	Компетенции	Умения	Знания
ОПК-2	способность проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	Проводить санитарно-просветительную работу по формированию здорового образа жизни, направленную на сохранению физического и психического здоровья; Выстраивать коммуникации с родственниками пациентов, оказывать им психологическую помощь и поддержку; Проводить профилактику эмоционального выгорания среди медицинских работников, родственников пациентов, родителей детей с ОВЗ; Использовать как для себя, так и для своих пациентов методы психической регуляции (саморегуляции): релаксационные техники, ауто и гетеротренинг, различные техники медитации	Формы и методы санитарно-просветительной работы среди пациентов (их законных представителей), медицинских работников по вопросам профилактики эмоционального выгорания; Физиологические и психологические аспекты профилактики СЭВ; Основы профилактики эмоционального выгорания; Методы психической регуляции (саморегуляции): релаксационные техники, ауто и гетеротренинг, различные техники медитации

ОПК-4.	способность проводить обследования пациента с целью установления диагноза	Выявлять основные клинические проявления СЭВ и его отдельных симптомов; Использовать психолого-диагностические методики выявления синдрома эмоционального выгорания; Проводить дифференциальную диагностику СЭВ, проявляющегося астеническими, пограничными психопатологическими расстройствами, психосоматических (психовегетативных, соматоформных, соматизированных) расстройств в структуре СЭВ с органическими (соматическими или хирургическими) и психотическими расстройствами; Формулировать предварительный диагноз в соответствии с МКБ	Эпидемиология СЭВ; Этиология и патогенез СЭВ и его отдельных симптомов; Принципы диагностики СЭВ; Клинические проявления СЭВ; Психолого-диагностические методики выявления синдрома эмоционального выгорания; Дифференциально-диагностические критерии диагностики СЭВ и его отдельных симптомов: астенических, психопатологических, психосоматических (психовегетативных, соматоформных, соматизированных) расстройств в структуре СЭВ с органическими (соматическими или хирургическими) и психотическими расстройствами; Алгоритм постановки диагноза в соответствии с МКБ
ОПК-5	Способен оценивать морфофункциональные, физиологические состояния и патологические процессы в организме человека	Оценивать состояние функционирования органов и систем; Анализировать особенности психопатологического, соматического и (или) психосоматического ответа организма на стресс	Основы медико-биологических и клинических дисциплин; Особенности психопатологического, соматического и (или) психосоматического ответа организма на стресс
ОПК-7	Способен назначать лечение и осуществлять контроль его эффективности и безопасности, и (или) направлять к врачам-специалистам для оказания специализированной помощи	Иметь представление о тактике терапии СЭВ; Иметь представление о возможностях фармакотерапии, когнитивной и поведенческой психотерапии, семейной и суггестивной терапии для проведения сочетанной терапии СЭВ и его симптомов; Иметь представление о возможностях гетеросуггестии и гипнотерапии в лечении СЭВ; Использовать методы психорегуляции (саморегуляции) для профилактики и терапии СЭВ; Своевременно направлять к врачам-специалистам (в том числе психиатрам, психотерапевтам) для оказания специализированной помощи	Порядок оказания медицинской помощи, клинические рекомендации (протоколы лечения) по вопросам оказания помощи при СЭВ и пограничных нервно-психических расстройствах, отмечаемых в структуре СЭВ; Основы психопрофилактики и психотерапии СЭВ; Общие принципы и особенности психотерапии при СЭВ; Принципы психологического консультирования; Основы когнитивной и поведенческой психотерапии; Возможности гетеросуггестии и гипнотерапии в лечении СЭВ; Методы психорегуляции; Клиническая картина состояний, требующих оказания специализированной помощи
ПСК-1	способность и готовность к постановке диагноза на основании клинико-анамnestического и психолого-диагностического исследования	Осуществлять сбор жалоб, анамнеза жизни пациентов; Выявлять клиническую картину, синдромы, симптомы СЭВ; Проводить необходимые психодиагностические исследования	Методики проведения клинико-анамnestического и психолого-диагностического исследования; надежные и валидные способы количественной и качественной психологической оценки

ПСК-2	<p>способность и готовность анализировать преморбидные резидуально-органические нарушения, особенности личности, особенности семейного функционирования, закономерности функционирования отдельных органов и систем, особенности психопатологического, соматического и (или) психосоматического ответа организма</p>	<p>Интерпретировать и анализировать информацию, полученную от пациентов (их законных представителей); Анализировать преморбидные резидуально-органические нарушения; Анализировать особенности личности пациента, особенности семейного функционирования, включая семейное воспитание; Анализировать особенности психопатологического, соматического и (или) психосоматического ответа организма на стресс</p>	<p>Эпидемиология СЭВ у специалистов, оказывающих помощь хроническим больным, у родителей, родственников или опекунов, сопровождающих пациентов с ОВЗ; Этиопатогенез СЭВ и его отдельных симптомов: астенических, психопатологических, психосоматических (психовегетативных, соматоформных, соматизированных) расстройств</p>
ПСК-3	<p>способность и готовность выявлять у пациентов СЭВ, использовать алгоритм постановки диагноза (основного, сопутствующего, осложнений) с учетом Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем (МКБ-10, МКБ-11) и МКФ</p>	<p>Анализировать результаты обследования, клинико-амнестического, психолого-диагностического исследования; Проводить дифференциальную диагностику пограничных нервно-психических расстройств, отмечаемых в структуре СЭВ, от неотложных психических и соматических, угрожающих жизни состояний; использовать алгоритм постановки диагноза (основного, сопутствующего, осложнений) с учетом Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем (МКБ-10, МКБ-11) и МКФ</p>	<p>Дифференциальная диагностика пограничных нервно-психических расстройств, отмечаемых в структуре СЭВ, от неотложных психических и соматических, угрожающих жизни состояний; алгоритм постановки диагноза (основного, сопутствующего, осложнений) с учетом Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем (МКБ-10, МКБ-11), Международной классификацией функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья (МКФ)</p>
ПСК-4	<p>готовность к применению методов психологического консультирования, когнитивной, поведенческой; основ групповой, семейной и суггестивной психотерапии</p>	<p>Использовать в процессе консультирования техники когнитивной и поведенческой психотерапии; Владеть основами фармакотерапии, семейной и суггестивной терапии для проведения сочетанной терапии СЭВ и его симптомов; Иметь представление о возможностях гетеросуггестии и гипнотерапии; Овладеть, как в дидактическом, так и в лечебно-оздоровительном плане, методами психической регуляции (саморегуляции)</p>	<p>Модели психологической помощи при СЭВ; Основы групповой, семейной, суггестивной психотерапии; Когнитивная терапия эмоциональных расстройств; Поведенческая терапия эмоциональных и функциональных расстройств; Методы психической регуляции (саморегуляции): ауто-суггестия, аутогенная тренировка, гетеротренинг, релаксационные техники, техники медитации</p>

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной образовательной программы повышения квалификации
«Психопрофилактика и психотерапия эмоционального выгорания специалистов, оказывающих помощь больным с хроническими инвалидизирующими заболеваниями»

ТВЕРЖДАЮ
 Ректор ФГБУ ДПО СПбИУВЭК
 Минтруда России д.р. мед. наук
 О. Н. Владимирова
 2022 г.

Категория обучающихся: психиатры, психотерапевты, неврологи, нейрохирурги, анестезиологи-реаниматологи, травматологи-ортопеды, онкологи, гематологи, нефрологи, колопроктологи, терапевты, хирурги, детские хирурги, кардиологи, аллергологи-иммунологи, гастроэнтерологи, дерматовенерологи, акушеры-гинекологи, гериатры, неонатологи, медицинские психологи

Длительность обучения: 36 академических часов

Режим занятий: 6 академических часов в день, 36 академических часов в неделю

Форма обучения: очная

Объем дисциплин и виды учебной работы

Код	Наименование разделов и дисциплин	Трудоемкость					Форма контроля
		Всего часов	Из них по видам учебных занятий в том числе (час)				
			Аудиторные			Внеаудиторные	
Общее количество	Лекции	Семинары и практические занятия					
1	Синдром эмоционального выгорания и ассоциированные с ним астенические, психопатологические и функциональные расстройства	6	6	4	2	-	Текущий контроль
2	Феномен эмоционального выгорания специалистов и родственников, осуществляющих уход за пациентами с хроническими инвалидизирующими заболеваниями	3	3	1	2	-	Текущий контроль
3	Феномен родительского выгорания и выгорания родителей (опекунов), воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья	3	3	1	2	-	Текущий контроль
4	Когнитивная психотерапия эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре синдрома эмоционального выгорания	2	2	1	1	-	Текущий контроль
5	Поведенческая психотерапия функциональных (психосоматических, психовегетативных), а также эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре синдрома эмоционального выгорания	3	3	2	1	-	Текущий контроль
6	Модели психологической помощи при эмоциональном выгорании	2	2	1	1	-	Текущий контроль
7	Профилактика эмоционального выгорания	1	1	1	-	-	
8	Методы психорегуляции для профилактики и терапии выгорания	9	9	1	8	-	Текущий контроль
9	Обучающий симуляционный курс с освоением навыков консультирования	6	6	-	6	-	Текущий контроль
10	Итоговая аттестация				1		зачет
	Всего:	36	36	12	24		

4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

График обучения	Разделы Программы (этапы)	Аудиторных акад. часов в день	Самостоятельных акад. часов в день	Дней в неделю	Всего часов по разделам Программы
Форма обучения Очная	Теоретическое и практическое обучение	6	-	5	29
	Обучающий симуляционный курс	6	-	1	6
	Итоговая аттестация	1	-	1	1

Календарный учебный план:

- 1 неделя — занятия по учебно-тематическому плану (в соответствии с расписанием);
- Итоговая аттестация.

Учебно-тематический план и расписание программы соответствуют учебно-календарному плану.

5. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ

5.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин (модулей)	Трудоемкость						Форма контроля
		Всего часов	Из них по видам учебных занятий в том числе (час)					
			Аудиторные			Внеаудиторные		
			Общее кол-во	Лекции	Семинары и практические занятия	Стажировка	Самостоятельная работа	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Синдром эмоционального выгорания и ассоциированные с ним астенические, психопатологические и функциональные расстройства	6	6	4	2	-	-	Текущий контроль
2	Феномен эмоционального выгорания специалистов и родственников, осуществляющих уход за пациентами с хроническими инвалидизирующими заболеваниями	3	3	1	2	-	-	Текущий контроль
3	Феномен родительского выгорания и выгорания родителей и опекунов, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья	3	3	1	2	-	-	Текущий контроль
4	Когнитивная психотерапия эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре синдрома эмоционального выгорания	2	2	1	1	-	-	Текущий контроль
5	Поведенческая психотерапия функциональных (психосоматических, психовегетативных), а также эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре синдрома эмоционального выгорания	3	3	2	1	-	-	Текущий контроль
6	Модели психологической помощи при эмоциональном выгорании	2	2	1	1	-	-	Текущий контроль
7	Профилактика эмоционального выгорания	1	1	1		-	-	
8	Методы психорегуляции для профилактики и терапии выгорания	9	9	1	8	-	-	Текущий контроль
9	Обучающий симуляционный курс с освоением навыков консультирования	6	6	-	6	-	-	Зачет по практическим навыкам
10	Итоговая аттестация	1	1		1			Зачет
	Всего:	36	36	12	24			

5.2. Содержание разделов и дисциплин

5.2.1. Лекции

1. Синдром эмоционального выгорания и ассоциированные с ним астенические, психопатологические и функциональные расстройства.

1.1. Определение СЭВ (синдрома эмоционального выгорания). /Freudenberger HJ/. Теоретические подходы, объясняющие феномен выгорания: индивидуально-психологический, социально-психологический, организационно-психологический, интегративный.

1.2. Ключевые факторы, существенные при развитии СЭВ: личностный, ролевой и организационный. Стресс как основной детерминирующий фактор СЭВ. Теория общего адаптационного синдрома (стресса) Г. Селье. Теория психоэмоционального стресса Р. Лазаруса.

1.3. Одномерная модель СЭВ (A.Pines, E.Aronson). Двухфакторная модель (D.V.Direndonck, W.B. Schaufeli).

Трёх и четырёхфакторные модели СЭВ (К. Маслач, Энзмана и Клейбера, японская, обобщённая). Эмоциональное выгорание по В.В. Бойко. Экзистенциальная теория выгорания А. Лэнгле.

Модель M.Burisch. Стадии процесса ЭВ по М. Буриш: предупреждающая, снижения уровня собственной активности, эмоциональных реакций, деструктивного поведения, психосоматических реакций, разочарования (апатическая).

Пятиступенчатая модель J. Greenberg («медовый месяц», «недостаток топлива», хронические симптомы, кризис, «пробивание стены»).

1.4. Феномены СЭВ: истощение, деперсонализация, редукция эмоциональных достижений, зависимости и вовлечённость. Психодиагностика СЭВ. Опросник выгорания К. Маслач (Maslach Burnout Inventory).

1.5. СЭВ – как сочетание психопатологических, психосоматических, соматических симптомов и признаков социальной дисфункции. Феномен деперсонализации в структуре СЭВ.

1.6. Астения и синдром хронической усталости при СЭВ.

1.7. Функциональные (психовегетативные, соматоформные, соматизированные) расстройства, отмечающиеся в структуре СЭВ.

Психосоматические (функциональные) расстройства сердечно-сосудистой системы: НЦД по гипертоническому типу, ПАГ, начальные стадии артериальной гипертензии, НЦД по кардиальному типу, психогенные аритмии и кардиалгии, начальные стадии ИБС, НЦД по кардиальному типу. Обморочные состояния. Цефалгия.

Психосоматические (функциональные) расстройства желудочно-кишечного тракта. Дисфагия. Психогенная отрыжка. ФРЖ. Гастриты и гастродуодениты. СРТК. Обстипационный и констипационный синдром.

Психосоматические (функциональные) расстройства дыхательной системы. Дыхательные «тики». Гипервентиляционный синдром.

Психосоматические (функциональные) расстройства мочевыделительной системы. Невротическая поллакиурия. Психогенная дизурия.

Соматизированные расстройства. Множественное психосоматическое (соматизированное) расстройство. Недифференцированное соматоформное расстройство.

2. Феномен эмоционального выгорания у родственников, осуществляющих уход за пациентами с хроническими инвалидизирующими заболеваниями

2.1. Теоретический конструкт выгорания применительно к родственникам, опекающим хронически больных.

2.2. Соотношение понятий «бремя семьи» и «выгорание».

2.3. Специфические факторы выгорания у родственников, опекающих взрослых пациентов с хроническими инвалидизирующими заболеваниями.

2.4. Интегративная модель процесса опеки родственником хронически больного (The Informal Caregiving Integrative Model — ICIM) с позиции концепции выгорания.

2.5. Психодиагностический инструментарий оценки эмоционального выгорания у родственников, опекающих хронически больных. Опросник для оценки состояния лиц (родственников), ухаживающих за родственниками «Как Вы себя чувствуете?»

3. Феномен родительского выгорания и выгорания родителей / опекунов, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

3.1. Феномен / конструкт родительского выгорания.

3.2. Характерологические особенности родителей, наиболее подверженных СЭВ.

3.3. Социально-психологические проблемы родителей, воспитывающих детей с ОВЗ. Специфические социально-психологические стрессогенные факторы, влияющие на родителей детей с ОВЗ: внешние, внутрисемейные, личностные.

3.4. Проблема эмоционального выгорания родителей детей с ОВЗ. Физические, эмоциональные, интеллектуальные, социальные симптомы, свойственные родителям детей с ОВЗ.

3.5. Стадии процесса эмоционального выгорания по М. Буриш, применительно к детско-родительским отношениям: предупреждающая (сосредоточенность на ребёнке), снижения уровня собственной активности (сокращение общения с ребёнком), эмоциональных реакций (раздражительность, чувство вины), деструктивного поведения (снижение интереса к ребёнку), психосоматических реакций, разочарования (апатическая).

3.6. Особенности усыновления ребёнка с ОВЗ.

3.7. Психодиагностический инструментарий оценки эмоционального выгорания у родителей, опекающих хронически больных детей.

3.8. Особенности коррекции эмоциональной сферы родителей, воспитывающих ребёнка с ОВЗ. Основные направления и задачи.

4. Когнитивная психотерапия эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре СЭВ

4.1. Разрядка.

4.2. Контроль эмоционального состояния путём изменения направленности сознания (Отключение. Переключение. Отвлечение. Варьирование целеполаганием).

4.3. Техника А-В-С-D-E.

4.4. Когнитивная реструктуризация.

4.5. Доказательства за и против (эмпирический диспут).

4.6. Анализ преимуществ и недостатков.

4.7. Логический диспут.

4.8. Прагматический диспут.

4.9. Декатастрофизация.

4.10. Реструктурирование непереносимости неопределенности/гиперконтроля.

4.11. Метакогнитивные техники: работа с беспокойством, руминациями и вниманием.

5. Поведенческая терапия эмоциональных и функциональных (психосоматических, психовегетативных, соматоформных, соматизированных расстройств), отмечаемых в структуре СЭВ

5.1. Особенности поведенческой терапии функциональных расстройств у детей, подростков и взрослых. Методики прямого действия (Систематическая десенсибилизация (десенситизация). Импульсивные техники. Фединг. Эмотивное воображение. Методика наводнения).

5.2. Парадоксальные вмешательства в структуре поведенческой терапии (Парадоксальная интенция. Отрицательное самовнушение. Методика негативного воздействия и др.).

6. Модели психологической помощи при эмоциональном выгорании

6.1. Модель психологической помощи при СЭВ Н.И. Влаха. Используемые подходы и методики. Базовые методы (ситуативная разгрузка, экзистенциальное консультирование, балинтовские группы). Факультативные методы (тренинг личностного роста, проблемно-ориентированная психотерапия). Пошаговая структурно-динамическая модель оказания психологической помощи.

6.2. Методика «антивыгорания» Е. Лесовой. Теоретические основы. Выгорание как следствие нарушения баланса личности. Выгорание как следствие недостаточного контакта и заботы о «внутреннем ребёнке». «Контейнер внутренних ресурсов».

7. Профилактика СЭВ

7.1. Физиологические аспекты.

7.2. Психологические аспекты.

7.3. Структурированный план профилактики СЭВ.

8. Методы психорегуляции в терапии и профилактике функциональных расстройств.

8.1. Самовнушение и самоубеждение. Произвольное самовнушение.

8.2. Аутогенная тренировка.

8.3. Гетеротренинг.

8.4. Контроль тонуса мимических мышц. Прогрессирующая мышечная релаксация.

8.5. Основы медитации. Медитация без мистики. Принципы работы с вниманием в медитации.

8.6. Основы гипносуггестивной терапии. Внушаемость и гипнабельность. Гипнотические техники. Фракционный гипноз. Показания и противопоказания к гипнотерапии. Гипнокатарсис. Возрастная регрессия и возрастная прогрессия. Сеансы психорегуляции (авторская методика). Индивидуальная гипнотерапия. Особенности гипносуггестивной терапии в группе. Гипносуггестивная терапия у детей. Парадоксальная техника индукции в гипнотическое состояние. Эриксоновский гипноз. «Материнский» гипноз.

5.2.2. Семинарские и практические занятия:

Код	Наименование практических и семинарских занятий	Форма контроля
1	Синдром эмоционального выгорания и ассоциированные с ним астенические, психопатологические и функциональные расстройства. Разбор заявленных клинических случаев проблемного взаимодействия в системе «Врач – пациент с ОВЗ»	Тест
2	Феномен эмоционального выгорания специалистов и родственников, осуществляющих уход за пациентами с хроническими инвалидизирующими заболеваниями. Психодиагностика СЭВ у родственников пациентов с ОВЗ. Разбор заявленных клинических случаев проблемного взаимодействия в системе «Родственник (опекун, социальный работник) – Пациент с ОВЗ»	тест
3	Феномен родительского выгорания и выгорания родителей (опекунов), воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Разбор заявленных клинических случаев проблемного взаимодействия в системе «Родитель (опекун) – ребёнок с ОВЗ»	тест
4	Когнитивная психотерапия эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре СЭВ	тест

Код	Наименование практических и семинарских занятий	Форма контроля
5	Поведенческая терапия эмоциональных и функциональных (психосоматических, психовегетативных, соматоформных, соматизированных расстройств), отмечаемых в структуре СЭВ	тест
6	Модели психологической помощи при эмоциональном выгорании	тест
8	Методы психорегуляции в терапии и профилактике функциональных расстройств. Мастер-класс. Сеанс гетеротренинга с обучением АТ (1/2 1 этапа, тепло и тяжесть в руках) Мастер-класс. Сеанс гетеротренинга с обучением АТ (весь 1 этап, тепло и тяжесть в ногах) Мастер-класс. Сеанс гетеротренинга с обучением АТ (2 этап, невесомость) с использованием методики фединга Мастер-класс. Сеанс гетеротренинга с обучением АТ (3 этап, изменение свойств предмета) Мастер-класс. Сеанс прогрессирующей мышечной релаксации (упр. №1) Мастер-класс. Сеанс прогрессирующей мышечной релаксации (упр. №2) Мастер-класс. Сеанс прогрессирующей мышечной релаксации (упр. №3 с использованием методики десенситизации (страхов и паники)) Мастер-класс. Сеанс психорегуляции (медитации) Мастер-класс. Сеанс психорегуляции (гипноза)	Оценка практических навыков
10	Итоговая аттестация	зачет

5.2.3. Обучающий симуляционный курс с освоением навыков консультирования

Код	Наименование практических и семинарских занятий	Форма контроля
1, 4, 5, 6, 8	Консультирование пациентов с синдромом эмоционального выгорания. Работа со стандартизированным пациентом. Ролевая игра (тренинг) «Врач (клинический психолог) – пациент»	Оценка практических навыков
2, 4, 5, 6, 8	Консультирование родственников, осуществляющих уход за пациентами с хроническими инвалидизирующими заболеваниями. Работа со стандартизированным пациентом. Ролевая игра (тренинг) «Родственник (опекун, социальный работник) – пациент с ОВЗ.»	Оценка практических навыков
3, 4, 5, 6, 8	Консультирование родителей (опекунов), воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Работа со стандартизированным пациентом. Ролевая игра (тренинг) «Родитель (опекун) – ребёнок с ОВЗ»	Оценка практических навыков

6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

6.1. Кадровое обеспечение

ФГБУ ДПО СПБИУВЭК Минтруда России располагает всеми необходимыми учебно-педагогическими кадрами для проведения занятий по всем разделам учебной программы, обеспечивающим подготовку слушателей по реализуемой специальности и формирование у них соответствующих компетенций.

Уровень имеющейся подготовки профессорско-преподавательского состава полностью отвечает требованиям к преподаванию по каждому из указанных разделов программы.

Тренинги, семинары, мастер-классы проводит, канд. мед. наук, практикующий врач-психотерапевт высшей категории, доцент кафедры социальной психиатрии и психологии ФГБУ ДПО СПБИУВЭК, автор методик психорегуляции.

6.2. Материально-технические условия реализации программы

Наименование аудиторий, кабинетов, места практических занятий	Вид занятий	Оборудование, материалы
Аудитория	Лекции	Компьютер, мультимедийный проектор, экран, доска, учебные фильмы и слайды
Аудитория/кабинет	Семинарские занятия	Компьютер Мультимедийный комплекс (ноутбук, проектор, экран)
Кабинет /Помещения для оказания медицинской помощи пациентам клинической базы	мастер-класс, балинтовская группа	Кушетки, кресла-кровати и /или индивидуальные коврики
Симуляционный класс	Практические занятия	Кресла, стулья, стол, кушетка, индивидуальные коврики. Стандартизированный пациент.

6.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Методическое обеспечение программы повышения квалификации состоит из оценочных материалов по результатам освоения рабочей программы, методических материалов по проведению занятий для преподавателя, методических материалов для обучающихся, включая списки основной и дополнительной литературы по программе.

Для реализации программы необходимо наличие доступа обучающихся к учебной и методической литературе, электронным библиотекам.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья должны быть обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

С целью освоения практических навыков консультирования в программу включен обучающий симуляционный курс. Методика проведения занятий включает в себя отработку элементов консультирования с использованием стандартизированного пациента, а также ролевые игры.

Для формирования профессиональных навыков, необходимых для проведения профильной помощи при патологических состояниях, обусловленных СЭВ, в программе отводятся часы на балинтовские группы и мастер-классы.

Балинтовские группы представляют собой структурированный разбор заявленных случаев в группе слушателей, проводимый с двойкой целью: получения помощи в сложных случаях, имевших место в профессиональной практике или взаимодействии с больным, и формирования специальных профессиональных умений и навыков.

Мастер-классы представляют из себя лечебные сеансы, включающие в себя структурированный набор техник суггестивной и поведенческой терапии, с помощью которых врач, психолог или родственник (опекун) может поднять свою стрессоустойчивость, профилактировав развитие у себя выгорания.

Рекомендуемая литература и источники

Нормативные правовые документы

1. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
2. Федеральный закон РФ «О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при ее оказании» от 02.07.1992 N 3185-1-ФЗ.
3. Федеральный закон от 29.11.2010 № 326-ФЗ «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации»
4. Приказ Минздрава РФ от 16.09.2003 N 438 "О психотерапевтической помощи" (вместе с "Положением об организации деятельности врача-психотерапевта", "Положением об организации деятельности медицинского психолога, участвующего в оказании

психотерапевтической помощи", "Положением об организации деятельности социального работника, участвующего в оказании психотерапевтической помощи", "Положением об организации деятельности психотерапевтического кабинета", "Положением об организации деятельности психотерапевтического отделения", "Положением об организации деятельности психотерапевтического центра")

Используемые электронные правовые базы:

<http://base.garant.ru/> Документы базы ГАРАНТ

<http://www.consultant.ru/> «Консультант Плюс»

Основная литература

1. Шишков В.В. Выше стресса! Школа саморегуляции. Аутотренинг. Медитация. Биоэнергетика. Йога. Гипноз. Психорегуляция в спорте. – СПб.: ИТД «Скифия», 2019. – 396 с.
2. Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика: практическое пособие / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – 3-е издание, испр. и дополн. – М., 2019. – 299 с.
3. Психиатрия. Национальное руководство. Краткое издание / под ред. Т.Б. Дмитриевой и др. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2019. – 624 с.

Электронные библиотеки и ресурсы

1. <https://psychiatr.ru/> - Российское общество психиатров
2. <https://psychiatr.ru/tags/МКБ-11> – Публикации об МКБ-11 на сайте Российского общества психиатров
3. «Консультант врача, электронная медицинская библиотека» <http://www.rosmedlib.ru/> :
4. <http://www.emedicine.com/> (eMedicine)
5. <http://www.merk.com/> (The Merk Manual of Diagnosis and Therapy)
6. <http://www.consilium-medicum.com/> (Журнал Consilium Medicum)
7. <http://www.rmj.ru/> (Русский медицинский журнал)
8. <http://www.rusmedserv.com/> (Медицина и здоровье в России)
9. <http://www.medlinks.ru/> (Вся медицина в Интернет)
10. <http://www.medport.ru/> (Медицинский портал)

Дополнительная литература

1. Шишков. В.В. Психотерапия функциональных расстройств. Карманный справочник врача и психолога. – СПб.: ИТД «Скифия», 2013. – 496 с.
2. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. – М., ИИД «Филинь», 1996. – 472 с.
3. Менделевич В.Д., Соловьёва С.Л. Неврология и психосоматическая медицина. – М., 2016.
4. Бочаров В.В., Шишкова А.М. Эмоциональное выгорание у родственников, опекающих хронически больных: современные представления и перспективы исследования. Портал психологических изданий PsyJournals.ru - Консультативная психология и психотерапия - 2021. Том. 29, № 1. – URL: https://psyjournals.ru/mpj/2021/n1/Bocharov_Shishkova.shtml
5. Левченко И. Ю., Ткачева В. В. Психологическая помощь семье, воспитывающей ребенка с отклонениями в развитии: Методическое пособие. – М.: Просвещение, 2008. – 239 с.
6. Рубцов А.В. с соавт. Психологическое исследование эмоционального выгорания персонала в условиях психоневрологических интернатов: Учебно-методическое пособие. – М., 2012. – 66 с.

Журналы, имеющиеся в библиотеке института

«Вестник неврологии, психиатрии и нейрохирургии»
«Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова»
«Социальная и клиническая психиатрия»

6.4. Тематика занятий и их содержание

Лекционные занятия

№	Тема	Содержание	Совершенствуемые компетенции
1.	Синдром эмоционального выгорания и ассоциированные с ним астенические, психопатологические и функциональные расстройства	1	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3, ПСК-4
2.	Феномен эмоционального выгорания специалистов и родственников, осуществляющих уход за пациентами с хроническими инвалидизирующими заболеваниями	2	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3, ПСК-4
3.	Феномен родительского выгорания и выгорания родителей и опекунов, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья	3	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3, ПСК-4
4.	Когнитивная психотерапия эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре синдрома эмоционального выгорания	4	ОПК-7, ПСК-4
5.	Поведенческая психотерапия функциональных (психосоматических, психовегетативных), а также эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре синдрома эмоционального выгорания	5	ОПК-7, ПСК-4
6.	Модели психологической помощи при эмоциональном выгорании	6	ОПК-7, ПСК-4
7.	Профилактика эмоционального выгорания	7	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3
8.	Методы психорегуляции для профилактики и терапии выгорания	8	ОПК-2, ОПК-7, ПСК-4

Семинары и практические занятия:

№	Тема	Содержание	Совершенствуемые компетенции
1.	Синдром эмоционального выгорания и ассоциированные с ним астенические, психопатологические и функциональные расстройства	1	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3, ПСК-4
2.	Феномен эмоционального выгорания специалистов и родственников, осуществляющих уход за пациентами с хроническими инвалидизирующими заболеваниями	2	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3, ПСК-4
3.	Феномен родительского выгорания и выгорания родителей и опекунов, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья	3	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3, ПСК-4
4.	Когнитивная психотерапия эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре синдрома эмоционального выгорания	4	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3, ПСК-4
5.	Поведенческая психотерапия функциональных (психосоматических, психовегетативных), а также эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре синдрома эмоционального выгорания	5	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3, ПСК-4
6.	Модели психологической помощи при эмоциональном выгорании	6	ОПК-7, ПСК-4
8.	Методы психорегуляции для профилактики и терапии выгорания	8	ОПК-2, ОПК-7, ПСК-4
9.	Обучающий симуляционный курс с освоением навыков консультирования	9	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3, ПСК-4
10.	Итоговая аттестация	10	ОПК-2, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-7, ПСК-1, ПСК-2, ПСК-3, ПСК-4

7. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

7.1. Формы контроля и аттестации

Оценка качества освоения программы включает текущую и итоговую аттестацию обучающихся.

Текущий контроль хода усвоения учебного материала проводится в форме опроса, тестирования, оценки практических навыков.

Оценка практических навыков осуществляется по итогам практических занятий.

Итоговая аттестация по программе осуществляется посредством проведения зачета и выявляет теоретическую и практическую подготовку обучающегося в соответствии с целями и содержанием программы.

Обучающийся допускается к итоговой аттестации после успешного освоения разделов Программы в объеме, предусмотренном учебным планом.

7.2. Примеры контрольных заданий

7.2.1. Примеры тестовых заданий

1. Саморегуляция методом изменения направленности сознания включает в себя следующие техники:

- а) отключение
- б) переключение
- в) отвлечение
- г) всё вышеперечисленное

2. В методике Э. Джейкобсона допустимое соотношение фазы напряжения к фазе расслабления составляет:

- а) 7 секунд / 20-30 секунд
- б) 5 секунд / 10-12 секунд
- в) 7 секунд / 7-14 секунд
- г) 7 секунд / 7 секунд

7.2.2. Примеры контрольных вопросов

1. Проанализируйте подходы к определению стадий эмоционального выгорания в работах Х. Фрейденбергера, К. Маслач, А. Ленгле, В.В. Бойко
2. В чём принцип импловивной терапии Стампфла?

7.2.3. Пример задачи

А) Составьте формулу самовнушения для медсестры психиатрической больницы, обратившейся с жалобами на утомляемость, проблемы со сном и раздражительность на работе.

7.3. Критерии оценки

Слушатель считается аттестованным, если имеет положительную оценку («зачет») по результатам итоговой аттестации.

Аттестация	Критерии оценки компетенции
<i>По результатам тестов</i>	
«Отлично»	90—100%
«Хорошо»	80—89%
«Удовлетворительно»	70—79%
«Неудовлетворительно»	Менее 70%
<i>За практические навыки</i>	

«Зачтено»	Освоение основной части практических навыков, умений и манипуляций, предусмотренных учебной программой, способность использовать их в стандартных ситуациях, при этом допускается наличие единичных ошибок.
«Не зачтено»	Невладение или отсутствие четких представлений о выполнении практических навыков, умений и манипуляций, предусмотренных образовательной программой; неспособность использовать практические навыки и умения в конкретных ситуациях.
<i>Итоговая аттестация</i>	
«Зачтено»	Теоретическое содержание курса освоено, необходимые практические навыки работы в рамках учебных заданий в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено
«Не зачтено»	Теоретическое содержание курса не освоено, необходимые практические навыки работы в рамках учебных заданий не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному
<i>По результатам собеседования</i>	
«Отлично»	Выставляется за осознанные, глубокие и полные ответы на вопросы теоретического и практического характера. Данная оценка выставляется обучающимся, показавшим всесторонние и глубокие знания материала, отличное знание основной и дополнительной литературы, рекомендованной программой
«Хорошо»	выставляется обучающемуся за хорошее усвоение материала, достаточно полные ответы на вопросы теоретического и практического характера, достаточное усвоение основной литературы, рекомендованной программой; в усвоении материала и его изложении имеются недостатки, не носящие принципиального характера, знание материала, но мелкие неточности в ответах.
«Удовлетворительно»	выставляется обучающемуся за частично правильные или недостаточно полные ответы на вопросы, свидетельствующие о недоработках обучающегося, за формальные ответы, свидетельствующие о неполном понимании вопроса, если обучающийся обнаруживает знание материала в минимально достаточном объеме, усвоил основную литературу по определенным разделам специальности
«Неудовлетворительно»	выставляется обучающемуся за отсутствие ответа либо бессодержательные ответы на вопросы, обнаружившему существенные пробелы в знаниях основного учебного материала, допустившему принципиальные, продемонстрировавшему неумение применять знания практически

8. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ В ПРОГРАММЕ:

№ п/п	Дата внесения изменений	№ протокола, дата	Содержание изменения	Подпись

АННОТАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«Психопрофилактика и психотерапия эмоционального выгорания специалистов,
оказывающих помощь больным с хроническими инвалидизирующими заболеваниями»
(36 часов)

Специальность	Врачи-психиатры, психотерапевты, неврологи, нейрохирурги, анестезиологи-реаниматологи, травматологи-ортопеды, онкологи, гематологи, нефрологи, колопроктологи, терапевты, хирурги, детские хирурги, кардиологи, аллергологи-иммунологи, гастроэнтерологи, дерматовенерологи, акушеры-гинекологи, гериатры, неонатологи, медицинские психологи
Тема	Психопрофилактика и психотерапия эмоционального выгорания специалистов, оказывающих помощь больным с хроническими инвалидизирующими заболеваниями
Цель	Совершенствование профессиональных компетенций врачей и медицинских психологов в области диагностики, психопрофилактики, сочетанной терапии и комплексной психотерапии синдрома эмоционального выгорания специалистов, оказывающих помощь хронически больным пациентам, родственников больных с хроническими инвалидизирующими заболеваниями, в том числе родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья; профилактика профессионального выгорания врачей-специалистов
Категория обучающихся	Высшее профессиональное образование по одной из специальностей "Лечебное дело", "Педиатрия", подготовка в интернатуре и (или) ординатуре по клиническим специальностям; для медицинских психологов - высшее профессиональное образование по специальности «Клиническая психология» или высшее психологическое образование и переподготовка по специальности «Клиническая психология»
Краткая характеристика	<p>Медицинские работники подвергаются особому риску эмоционального выгорания, это может иметь серьезные негативные личные, а также важные профессиональные последствия, такие, как более низкая удовлетворенность пациентов, ухудшение качества медицинской помощи, вплоть до врачебных ошибок. Поэтому настороженность (бдительность) в отношении феномена эмоционального выгорания для его скорейшего распознавания у врачей, параллельно с разработкой адекватных личностных и организационных стратегий для его профилактики и терапии – необходимы для решения этой важной проблемы в современном здравоохранении.</p> <p>Родственники тяжелобольных, включенные в систему организации внестационарной помощи, также испытывают стресс; для описания эмоционального неблагополучия и учета негативных последствий воздействия хронического стресса, обусловленного болезнью одного из членов семьи на его близких, используется концепция семейного бремени и теоретический конструкт выгорания.</p> <p>В Программе рассматривается этиопатогенез, клиника, диагностика, профилактика, комплексная терапия синдрома эмоционального выгорания, проявляющегося психопатологическими (астения, синдром хронической усталости), психосоматическими (психовегетативными, соматоформными, соматизированными) расстройствами.</p> <p>Слушатели изучают методы когнитивной, поведенческой терапии, модели психологической помощи при эмоциональном выгорании; осваивают методы психорегуляции (аутотренинг, гетеротренинг, прогрессивную мышечную релаксацию, медитативные техники) и гипносуггестивной терапии, в том числе, авторские методики психотерапевта высшей категории, к.м.н. В.В. Шишкова</p>
Особенности обучения	В программе предусмотрен обучающий симуляционный курс с освоением навыков консультирования со стандартизированным пациентом
В программе используются следующие виды учебных занятий	Лекция, семинар, мастер-класс, ролевая игра, аттестация в виде тестирования, аттестация в виде собеседования, оценка практических навыков
Трудоемкость	36 акад. часов
Форма обучения	Очная

Режим занятий	6 акад. часов в день
Планируемые результаты	Выпускник программы знает и применяет в деятельности, как для себя, так и для своих пациентов: теоретически-методические основы СЭВ у специалистов, оказывающих помощь пациентам с хроническими инвалидизирующими заболеваниями, у родственников, сопровождающих пациентов с хроническими инвалидизирующими заболеваниями, родителей (законных представителей) детей с ОВЗ; принципы диагностики, основы психопрофилактики и психотерапии СЭВ; принципы психологического консультирования, рациональную и когнитивную психотерапию, поведенческую терапию, методы психорегуляции (релаксационные техники, ауто и гетеротренинг, различные техники медитации), основы гипносуггестивной терапии, основы семейной терапии; основные психопатологические симптомы, современную классификацию, этиологию, патогенез, диагностику, в том числе с помощью психолого-диагностических методик, дифференциальную диагностику СЭВ; общие принципы и особенности психотерапии при СЭВ у специалистов, оказывающих помощь больным с хроническими инвалидизирующими заболеваниями, родственников данных больных, родителей (опекунов) детей с ОВЗ
Разделы программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Синдром эмоционального выгорания и ассоциированные с ним астенические, психопатологические и функциональные расстройства 2. Феномен эмоционального выгорания у родственников, осуществляющих уход за пациентами с хроническими инвалидизирующими заболеваниями 3. Феномен родительского выгорания и выгорания родителей, воспитывающих детей с ОВЗ 4. Когнитивная терапия эмоциональных расстройств, отмечающихся в структуре СЭВ 5. Поведенческая терапия функциональных и эмоциональных расстройств при СЭВ 6. Модели психологической помощи при эмоциональном выгорании 7. Профилактика эмоционального выгорания 8. Методы психорегуляции для профилактики и терапии выгорания 9. Обучающий симуляционный курс с освоением навыков консультирования
Обучающий симуляционный курс	Симуляционный курс с освоением навыков консультирования пациентов с синдромом эмоционального выгорания со стандартизированным пациентом
Применение дистанционных образовательных технологий	Нет
Формы аттестации	Итоговая аттестация - зачет

Оглавление

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.....	3
1.1. Нормативная правовая база	3
1.2. Направленность Программы	4
1.3. Цель реализации Программы	5
1.4. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение	5
1.5. Характеристика программы.....	5
1.6. Требования к итоговой аттестации обучающихся.....	6
1.7. Примерная трудоемкость обучения	6
1.8. Форма обучения.....	6
1.9. Режим занятий	6
2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ.....	6
2.1. Характеристика профессиональных компетенций, подлежащих совершенствованию в результате освоения Программы	6
2.2. Перечень знаний и умений, обеспечивающих совершенствование профессиональных компетенций....	7
3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	10
4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	11
5. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ.....	12
5.1. Учебно-тематический план.....	12
5.2. Содержание разделов и дисциплин	13
6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	16
6.1. Кадровое обеспечение.....	16
6.2. Материально-технические условия реализации программы	17
6.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	17
6.4. Тематика занятий и их содержание	19
7. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.....	20
7.1. Формы контроля и аттестации	20
7.2. Примеры контрольных заданий	20
7.3. Критерии оценки	20
8. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ В ПРОГРАММЕ:	22
АННОТАЦИЯ.....	23