

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Красноярский государственный медицинский
университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого»
Министерства здравоохранения Российской Федерации



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе
д.м.н., доцент

И.А. Соловьева

«26» марта 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебно-методического комплекса для дистанционного обучения
по программе дополнительного профессионального образования

**«Эмоциональное выгорание работников в условиях пандемии, связанной с COVID-
2019: экстренная психологическая само- и взаимопомощь для специалистов
стационаров и обсерваций»**

Для специалистов стационаров и обсерваций

Всего: 36 часов

2020 год

1. Краткое описание УМК для ДО:

Самостоятельное освоение ряда теоретических и практических вопросов учебной дисциплины «Эмоциональное выгорание работников в условиях пандемии, связанной с COVID-2019: экстренная психологическая само- и взаимопомощь для специалистов стационаров и обсерваций» позволит обучить специалистов здравоохранения навыкам своевременного выявления, диагностики и оказания самопомощи в условиях пандемии, связанной с COVID-19, а также в условиях ограничения сведений об эпидемиологии, клинических особенностях, профилактике и лечении заболевания.

2. Цель УМК для ДО:

Цель программы заключается в формировании и совершенствовании способности и готовности специалистов здравоохранения к профилактике, ранней диагностике, само- и взаимопомощи в плане сохранения эмоционального здоровья в условиях новой коронавирусной инфекции COVID-19, снижению эмоционального напряжения и синдрома эмоционального выгорания, оказывающих влияние на здоровье и качество жизни.

3. Планируемые результаты обучения

Требования к уровню усвоения программы и формы текущего и промежуточного контроля знаний и умений обучающегося по дисциплине «Эмоциональное выгорание работников в условиях пандемии, связанной с COVID-2019: экстренная психологическая само- и взаимопомощь для специалистов стационаров и обсерваций».

Знать

- определение экстремальных ситуаций жизнедеятельности;
- критерии эмоционального здоровья;
- специфику и содержание синдрома эмоционального выгорания;
- ранние признаки эмоционального выгорания;
- возможности профилактики в предотвращении синдрома эмоционального выгорания;
- правила оказания само- и взаимопомощи в условиях эмоционального напряжения;
- профилактические мероприятия в соответствии с особенностями проявления эмоционального выгорания.

Уметь

- определить собственное эмоциональное неблагополучие в условиях работы в стационаре и обсервации как зонах психологической депривации;
- провести раннюю самодиагностику эмоционального самочувствия, соотнести с критериями эмоционального здоровья – эмоционального неблагополучия;
- соотносить проявления эмоционального неблагополучия у коллег с необходимым набором средств взаимопомощи;
- организовать и провести мероприятия экстренной психологической само- и взаимопомощи с учетом эмоционального состояния;
- провести санитарно-просветительную работу по повышению грамотности коллег в области эмоционального благополучия.

Владеть

- определением экстремальных ситуаций жизнедеятельности;
- организацией и проведением психологической самодиагностики собственного

эмоционального здоровья в условиях работы в стационаре и обсервации как зонах психологической депривации;

- техниками экстренной психологической само- и взаимопомощи с учетом эмоционального состояния;

- проведением санитарно-просветительной работы по повышению грамотности коллег в области эмоционального благополучия;

- осуществлением профессиональной деятельности по обеспечению безопасности среды обитания для здоровья человека.

4. Срок обучения: 36 часов.

5. Продолжительность: 3 дня.

6. Категория обучающихся:

- по основной специальности: врач-терапевт;

- по смежным специальностям: врач общей врачебной практики (семейный врач), врач-инфекционист, врач-педиатр, врач-аллерголог-иммунолог, врач-гастроэнтеролог, врач-гематолог, врач-диетолог, врач-гериатр, врач-кардиолог, врач-клинический лабораторный диагност, врач-клинический фармаколог, врач-медико-социальный эксперт, врач-невролог, врач-нефролог, врач-оториноларинголог, врач-организатор здравоохранения и общественного здоровья, врач-психиатр, врач-психиатр-нарколог, врач-психотерапевт, врач-профпатолог, врач-ревматолог, врач-рентгенолог, врач скорой медицинской помощи, врач-сердечно-сосудистый хирург, врач-трансфузиолог, врач-торакальный хирург, врач-уролог, врач-ультразвуковой диагност, врач-функциональный диагност, врач-фтизиатр, врач-хирург, врач-эндокринолог.

7. Учебный план

№	Тема	Всего часов	Количество часов ДО
1.	Модуль 1. Эмоциональное благополучие: понятие, критерии.	8	
1.1	Понятие эмоционального благополучия, его роль в жизни человека	4	4
1.2	Критерии эмоционального благополучия	4	4
2.	Модуль 2. Основные сведения о синдроме эмоционального выгорания и его последствиях	10	
2.1	Понятие синдрома эмоционального выгорания.	4	4
2.2	Критерии СЭВ	4	4
2.3	Жизненные и профессиональные трудности лиц с синдромом эмоционального выгорания	2	2
3.	Модуль 3. Диагностика эмоционального благополучия	8	

3.1	Диагностика эмоционального состояния как показатель общего психологического благополучия	4	4
3.2	Самодиагностика наличия/отсутствия эмоционального выгорания	4	4
4.	Модуль 4. Техники психологической самопомощи с учетом эмоционального состояния	8	
4.1.	Техники первичной психопрофилактики в условиях работы в стационаре и обсервации как зонах психологической депривации	4	4
4.2.	Техники экстренной психологической само- и взаимопомощи при синдроме эмоционального выгорания как результате длительного пребывания в зонах психологической депривации	4	4
5.	Итоговая аттестация	2	
	ИТОГО часов:	36	36

8. Календарный учебный график

№	Тема	Всего часов	Форма контроля	Срок выполнения	Комментарии
1.1	Понятие эмоционального благополучия, его роль в жизни человека	4	Тестирование	1- й день обучения	Учебные материалы и ФОС представлены на сайте ДО КрасГМУcdo.krasgmu.ru
1.2	Критерии эмоционального благополучия	4	Тестирование	1- й день обучения	Учебные материалы и ФОС представлены на сайте ДО КрасГМУcdo.krasgmu.ru
2.1	Понятие синдрома эмоционального выгорания.	4	Тестирование	1- й день обучения	Учебные материалы и ФОС представлены на сайте ДО КрасГМУcdo.krasgmu.ru
2.2	Критерии СЭВ	4	Тестирование	1- й день обучения	Учебные материалы и ФОС представлены на сайте ДО КрасГМУcdo.krasgmu.ru
2.3	Жизненные и профессиональные трудности лиц с синдромом эмоционального выгорания	2	Тестирование	1- й день обучения	Учебные материалы и ФОС представлены на сайте ДО КрасГМУcdo.krasgmu.ru

3.1	Диагностика эмоционального состояния как показатель общего психологического благополучия	4	Тестирование	1-й и 2-й день обучения	Учебные материалы и ФОС представлены на сайте ДО КрасГМУ cdo.krasgmu.ru
3.2	Самодиагностика наличия/отсутствия эмоционального выгорания	4	Тестирование	2-й день обучения	Учебные материалы и ФОС представлены на сайте ДО КрасГМУ cdo.krasgmu.ru
4.1	Техники первичной психопрофилактики в условиях работы в стационаре и обсервации как зонах психологической депривации	4	Тестирование	2-й день обучения	Учебные материалы и ФОС представлены на сайте ДО КрасГМУ cdo.krasgmu.ru
4.2	Техники экстренной психологической само- и взаимопомощи при синдроме эмоционального выгорания как результате длительного пребывания в зонах психологической депривации	4	Тестирование	2-й день обучения	Учебные материалы и ФОС представлены на сайте ДО КрасГМУ cdo.krasgmu.ru
5	Итоговая аттестация	2	Тестирование	2-й день обучения	Учебные материалы и ФОС представлены на сайте ДО КрасГМУ cdo.krasgmu.ru
	ИТОГО часов:	36			

9. Организационно педагогические условия

Требования к материально-техническому обеспечению учебного процесса:

- доступ в сеть Интернет со скоростью не ниже 10 Мбит/с и возможностью установления не менее 20 одновременных сессий по 512 Кбит/с.
- AdobeFlashPlayer версии 7.0 и выше (бесплатная лицензия).
- разрешение на запуск скриптов на клиентской стороне. Разрешение на открытие всплывающих окон.

Учебно-методическое обеспечение учебного процесса

№ п/п	Наименование	Издательство	Год выпуск а
1.	Каменская, Е. Н. Психологическая безопасность личности и поведение человека в чрезвычайной ситуации : учебное пособие / Е. Н. Каменская. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785927525843.html	Ростов-на-Дону : ЮФУ	2017
2.	Шарипова, М. Н. Психология безопасности : учебное пособие для практических занятий / М. Н. Шарипова, Е. Л. Горшенина, Е. Э. Савченкова. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785741016268.html	Оренбург : ОГУ	2017
3.	Зимарева, Т. Т. Психология жизненных ситуаций : учебное пособие / Т. Т. Зимарева. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785976520806.html	Москва : Флинта	2019
4.	Мандель, Б. Р. Психология стресса : учебное пособие / Б. Р. Мандель. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785976520059.html	М. : Флинта	2019
5.	Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса / Л. А. Китаев-Смык. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785829127336.html	Москва : Академический проект	2020
6.	Проведение профилактических мероприятий : учебное пособие / ред. С. И. Двойников. – Текст : электронный. – URL : https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970455623.html	М. : ГЭОТАР-Медиа	2020
7.	Медицинское обеспечение населения в чрезвычайных ситуациях : учебное пособие / А. И. Лобанов, П. В. Аветисов, Н. Л. Белова, А. В. Золотухин. – Текст : электронный. – URL : https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785728124917.html	Москва : РГГУ	2019

8.	Медицина чрезвычайных ситуаций. Организация. Клиника. Диагностика. Лечение. Реабилитация. Инновации. В 2 т. / ред. Р. А. Нигмедзянов, Л. А. Глазников. – Т. 1. – Текст : электронный. – URL : https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785000194744.html	Казань : КФУ	2015
9.	Медицина чрезвычайных ситуаций. Организация. Клиника. Диагностика. Лечение. Реабилитация. Инновации. В 2 т. / ред. Р. А. Нигмедзянов, Л. А. Глазников. – Т. 2. – Текст : электронный. – URL : https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785000194751.html	Казань : КФУ	2015
10.	Мандель, Б. Р. Специальная (коррекционная) психология : учеб. пособие / Б. Р. Мандель. - Текст : электронный. – URL : https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785976523159.html	М. : Флинта	2015
11.	Одинцова, М. А. Психология стресса : учеб. и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. - Текст : электронный. - URL : https://www.biblio-online.ru/viewer/psihologiya-stressa-413921#page/1	Москва : Юрайт	2018
12.	Бурлачук, Л. Ф. Психодиагностика : учеб. для вузов / Л. Ф. Бурлачук. - Текст : электронный. – URL : http://ibooks.ru/reading.php?productid=21853	СПб. : Питер	2015
13.	Васильева, И. В. Психодиагностика : учеб. пособие / И. В. Васильева. - Текст : электронный. - URL : https://e.lanbook.com/reader/book/119320/#1	М. : Флинта	2019
14.	Психиатрия : нац. рук. / гл. ред. Ю. А. Александровский, Н. Г. Незнанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Текст : электронный. - URL : http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970444627.html	Москва : ГЭОТАР- Медиа	2020
15.	Иванец, Н. Н. Психиатрия и медицинская психология : учебник / Н. Н. Иванец, Ю. Г. Тюльпин, М. А. Кинкулькина. - Текст : электронный. - URL : http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970438947.html	Москва : ГЭОТАР- Медиа	2016

16.	Мазо, Г. Э. Депрессивное расстройство / Г. Э. Мазо, Н. Г. Незнанов. - Текст : электронный. - URL : https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970450383.html	Москва : ГЭОТАР-Медиа	2019
-----	--	-----------------------	------

Электронные ресурсы:

ЭБС КрасГМУ «Colibris»
 ЭБС Консультант студента ВУЗ
 ЭБС Айбукс
 ЭБС Букап
 ЭБС Лань
 ЭБС Юрайт
 ЭБС MedLib.ru
 НЭБ eLibrary
 БД Web of Science
 БД Scopus
 ЭМБ Консультант врача
 БД MEDLINE Complete
 Wiley Online Library
 Cambridge University Press
 Springer Nature
 Science Direct (Elsevier)
 СПС Консультант Плюс

Медиаресурсы:

Министерство здравоохранения Российской Федерации : [сайт]. – URL : <https://www.rosminzdrav.ru/ministry/covid19>

Департамент здравоохранения города Москвы : [сайт]. – URL : <https://mosgorzdrav.ru/ru-RU/news/default/card/3581.html>

Роспотребнадзор : [сайт]. – URL : https://rosпотребнадзор.ru/about/info/news_time/news_details.php?ELEMENT_ID=13566

Всемирная организации здравоохранения : [сайт]. – URL : <https://www.who.int/ru>

Рубрикатор клинических рекомендаций Министерства здравоохранения Российской Федерации : [сайт]. – URL : <http://cr.rosminzdrav.ru/#!/rubricator/adults>
 предупреждения, выявления и борьбы с коронавирусом: стопкоронавирус.рф.

10. Форма аттестации и оценочные материалы

Оценка знаний и умений обучающегося проводится путем тестового контроля знаний.

Результаты обучения (организация итоговой аттестации) включает в себя итоговое контрольное тестирование.

- Время выполнения задания: итоговое контрольное тестирование – 60 минут.
- На прохождение итогового тестирования дается 2 попытки.
- Правильность выполнения заданий оценивается от 1 до 100 баллов. Обучающийся считается аттестованным, если он выполнил итоговую аттестацию: получив положительную оценку по итоговому тестированию и ситуационным задачам –70 и более баллов.

Лица, освоившие программу и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают документ о дополнительном профессиональном образовании - удостоверение о повышении квалификации.