

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИОЛОГИИ

Утверждено:  
на заседании кафедры  
протокол от «14» июня 2022 г. № 11  
Зав. кафедрой  /З.Ф. Абрарова

Согласовано:  
Председатель УМК факультета философии и  
социологии  
 / Р.Н. Хайруллин

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Профилактика и преодоление профессиональной деформации**

**Часть, формируемая участниками образовательных отношений**  
**программа бакалавриата**

Направление подготовки (специальность)  
**39.03.02– Социальная работа**

Направленность (профиль) подготовки  
**Социальная работа в системе социальной защиты**

Квалификация  
**Бакалавр**

|                                                 |                                                                                                        |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Разработчик (составитель)<br>доцент, к.филос.н. | <br>Хамадеева Р.Х. |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Для приема 2022 г.

Уфа 2022г.

Составитель / к.филос.н., Хамадеева Рита Хурматулловна

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры социальной работы протокол № 11 от «14» июня 2022 г.

Заведующий кафедрой  / Аббарова З.Ф.

### Список документов и материалов

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы                                                                                                                                                                                                | 4  |
| 2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5  |
| 3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)                                                                                                                                                                                    | 5  |
| 4. Фонд оценочных средств по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 6  |
| 4.1. Перечень индикаторов достижения компетенций с указанием планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания | 7  |
| 4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю).     | 8  |
| 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины                                                                                                                                                                                                                                                                         | 15 |
| 5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины                                                                                                                                                                                                                                        | 15 |
| 5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины                                                                                                                                                                                              | 15 |
| 6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                 | 17 |

## 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения образовательной программы обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

| Категория (группа) компетенций (при наличии ОПК)                                                     | Формируемая компетенция (с указанием кода)                                                                                             | Код и наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                                           | Результаты обучения по дисциплине                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Управленческая деятельность в подразделениях организаций, реализующих меры социальной защиты граждан | <b>ПК 8</b> Способен к планированию, контролю и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан | ИПК-8.1. Знает: цель, сущность, содержание, задачи, и функции планирования, контроля и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан  | Знать цель, сущность, содержание, задачи, и функции планирования, контроля и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан              |
|                                                                                                      |                                                                                                                                        | ИПК-8.2. Умеет: планировать, осуществлять контроль и организовывать работу с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан                                 | Уметь планировать, осуществлять контроль и организовывать работу с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан                                             |
|                                                                                                      |                                                                                                                                        | ИПК-8.3. Владеет: способностью к постановке и обоснованию целей, организационно-управленческой работе в подразделениях организаций, реализующих меры социальной защиты граждан | Владеть навыками и способностями к постановке и обоснованию целей, организационно-управленческой работе в подразделениях организаций, реализующих меры социальной защиты граждан |

## **2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Профилактика и преодоление профессиональной деформации специалистов социальной работы» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений

Дисциплина изучается на 4 курсе в 8семестре о/о и на 5 курсе летняя, летняя сессия з/о

Целью освоения дисциплины: формирование представлений о видах профессиональных рисков социальной работе, механизмах их преодоления и профилактики.

Для освоения дисциплины необходимы компетенции, сформированные в рамках изучения следующих дисциплин: «Социология девиантного поведения», «Безопасность жизнедеятельности», «Психология социальной работы», «Социальная реабилитация». Овладение знаниями, предусмотренными содержанием данного учебного курса, является неотъемлемой частью профессиональной готовности специалистов социальной работы.

## **3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)**

Содержание рабочей программы представлено в Приложении № 1.

*Количество часов/зет указывается в соответствии с учебным планом, заполняется отдельно по каждой форме обучения.*

#### 4. Фонд оценочных средств по дисциплине

**4.1.** Перечень индикаторов достижения компетенций с указанием планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания

Код и формулировка компетенции ПК-8 Способен к планированию, контролю и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан

| Код и наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                                             | Результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                          | Критерии оценивания результатов обучения |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                     | 2 («Не удовлетворительно»)               | 3 («Удовлетворительно»)                                                                                                                                                        | 4 («Хорошо»)                                                                                                                                                                                                           | 5 («Отлично»)                                                                                                                                                                                                    |
| ИПК-8.1.<br>Знает: цель, сущность, содержание, задачи, и функции планирования, контроля и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан | Знать цель, сущность, содержание, задачи, и функции планирования, контроля и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан | Отсутствие знаний                        | Неполные представления о цели, содержании, задачах, и функциях планирования, контроля и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан | Сформированы, но содержатся отдельные пробелы в представлениях о цели, содержании, задачах, и функциях планирования, контроля и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан | Сформированы комплексные и систематические представления о цели, содержании, задачах, и функциях планирования, контроля и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан |
| ИПК-8.2.<br>Умеет: планировать, осуществлять                                                                                                                                     | Уметь планировать, осуществлять контроль и                                                                                                                          | Отсутствие умений                        | В целом успешное, но не систематическое умение                                                                                                                                 | Сформированы, но содержатся отдельные пробелы в умениях планировать,                                                                                                                                                   | Сформированное умение планировать, осуществлять контроль и организовывать работу с персоналом,                                                                                                                   |

|                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |                     |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| контроль и организовывать работу с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан                                                                              | организовывать работу с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан                                                                                         |                     | планировать, осуществлять контроль и организовывать работу с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан                                                                                            | осуществлять контроль и организовывать работу с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан                                                                                                                   | реализующим деятельность по социальной защите граждан                                                                                                                                                        |
| ИПК-8.3.<br>Владеет: способностью к постановке и обоснованию целей, организационно-управленческой работе в подразделениях организаций, реализующих меры социальной защиты граждан | Владеть навыками и способностям и к постановке и обоснованию целей, организационно-управленческой работе в подразделениях организаций, реализующих меры социальной защиты граждан | Отсутствие навыков. | В целом успешное, но не систематическое владение навыками и способностями к постановке и обоснованию целей, организационно-управленческой работе в подразделениях организаций, реализующих меры социальной защиты граждан | В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы владение навыками и способностями к постановке и обоснованию целей, организационно-управленческой работе в подразделениях организаций, реализующих меры социальной защиты граждан | Успешное и систематическое владение навыками и способностями к постановке и обоснованию целей, организационно-управленческой работе в подразделениях организаций, реализующих меры социальной защиты граждан |

**4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю).**

| <b>Код и наименование индикатора достижения компетенции</b>                                                                                                                    | <b>Результаты обучения по дисциплине</b>                                                                                                                                         | <b>Оценочные средства</b>                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| ИПК-8.1. Знает: цель, сущность, содержание, задачи, и функции планирования, контроля и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан  | Знать цель, сущность, содержание, задачи, и функции планирования, контроля и организации работы с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан              | устный опрос, тестирование, публикация статей |
| ИПК-8.2. Умеет: планировать, осуществлять контроль и организовывать работу с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан                                 | Уметь планировать, осуществлять контроль и организовывать работу с персоналом, реализующим деятельность по социальной защите граждан                                             | устный опрос, тестирование, публикация статей |
| ИПК-8.3. Владеет: способностью к постановке и обоснованию целей, организационно-управленческой работе в подразделениях организаций, реализующих меры социальной защиты граждан | Владеть навыками и способностями к постановке и обоснованию целей, организационно-управленческой работе в подразделениях организаций, реализующих меры социальной защиты граждан | устный опрос, тестирование, публикация статей |

Критериями оценивания при модульно–рейтинговой системе являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины (для экзамена: текущий контроль – максимум 40 баллов; рубежный контроль – максимум 30 баллов, поощрительные баллы – максимум 10;

Шкалы оценивания для экзамена:

от 45 до 59 баллов – «удовлетворительно»;

от 60 до 79 баллов – «хорошо»;

от 80 баллов – «отлично».

### Рейтинг-план дисциплины

Профилактика и преодоление профессиональной деформации специалистов социальной работы  
специальность 39.03.02 Социальная работа курс 4, семестр 8

| Виды учебной деятельности студентов                                    | Балл за конкретное задание | Число заданий за семестр | Баллы       |              |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------------|-------------|--------------|
|                                                                        |                            |                          | Минимальный | Максимальный |
| <b>Модуль 1</b>                                                        |                            |                          |             |              |
| <b>Текущий контроль</b>                                                |                            |                          |             |              |
| 1. Выступление на семинарском занятии                                  | <b>1</b>                   | <b>11</b>                | <b>0</b>    | <b>11</b>    |
| 2. Публикация статей                                                   | <b>9</b>                   | <b>1</b>                 | <b>0</b>    | <b>9</b>     |
| <b>Рубежный контроль</b>                                               |                            |                          |             |              |
| 1. Тестирование                                                        |                            | <b>1</b>                 | <b>0</b>    | <b>15</b>    |
| <b>Модуль 2</b>                                                        |                            |                          |             |              |
| <b>Текущий контроль</b>                                                |                            |                          |             |              |
| 1. Выступление на семинарском занятии                                  | <b>1</b>                   | <b>11</b>                | <b>0</b>    | <b>11</b>    |
| 2. Публикация статей                                                   | <b>9</b>                   | <b>1</b>                 | <b>0</b>    | <b>9</b>     |
| <b>Рубежный контроль</b>                                               |                            |                          |             |              |
| 1. Тестирование                                                        |                            | <b>1</b>                 | <b>0</b>    | <b>15</b>    |
| <b>Поощрительные баллы</b>                                             |                            |                          |             |              |
| 1. Студенческая олимпиада                                              |                            |                          | <b>0</b>    | <b>10</b>    |
| <b>Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)</b> |                            |                          |             |              |
| 1. Посещение лекционных занятий                                        |                            |                          | <b>0</b>    | <b>-6</b>    |
| 2. Посещение практических (семинарских, лабораторных занятий)          |                            |                          | <b>0</b>    | <b>-10</b>   |
| <b>Итоговый контроль</b>                                               |                            |                          |             |              |
| <b>Экзамен</b>                                                         |                            |                          |             | <b>30</b>    |

## Вопросы для экзамена

1. Понятие «социальные риски», «профессиональные риски»
2. Источники профессиональных рисков в социальной работе
3. Виды профессиональных рисков
4. Сущность синдрома эмоционального «выгорания»
5. Личностный фактор синдрома эмоционального «выгорания»
6. Ролевой фактор синдрома эмоционального «выгорания»
7. Организационный фактор синдрома эмоционального «выгорания»
8. Профессиональные и личностные качества специалистов, препятствующие профессиональным рискам
9. Признаки синдрома эмоционального «выгорания»
10. Теоретические модели профессионального «выгорания»
11. Методы восстановления психического здоровья, психотерапии в преодолении профессионального «выгорания»
12. Психогигиена как профилактика профессионального «выгорания»
13. Причины синдрома эмоционального «выгорания»
14. Фазы синдрома эмоционального «выгорания»
15. Влияние стиля руководства на профессиональное «выгорание» социальных работников
16. Организационные методы профессиональной помощи социальным работникам
17. Исследовательские методы профессиональной помощи социальным работникам
18. Самосовершенствование социального работника, повышение его профессиональной культуры как методы психологической работы

## Экзаменационные билеты

Структура экзаменационного билета:

Каждый экзаменационный билет включает два вопроса.

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования  
«Башкирский государственный университет»

---

Факультет философии и социологии  
Кафедра социальной работы

### ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ №1

по дисциплине «Профилактика и преодоление профессиональной деформации специалистов  
социальной работы»

Направление/Специальность **39.03.02. Социальная работа**

Профиль - «Социальная работа в системе социальной защиты»

1. Понятие «социальные риски», «профессиональные риски»
2. Самосовершенствование социального работника, повышение его профессиональной культуры как методы психологической работы

Утверждено на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_\_

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Абрарова З.Ф.

Примерные критерии оценивания ответа на экзамене:

**Критерии оценки (в баллах):**

- **25-30 баллов** выставляется студенту, если студент дал полные, развернутые ответы на все теоретические вопросы билета, продемонстрировал знание функциональных возможностей, терминологии, основных элементов, умение применять теоретические знания при выполнении практических заданий. Студент без затруднений ответил на все дополнительные вопросы. Практическая часть работы выполнена полностью без неточностей и ошибок;

- **17-24 баллов** выставляется студенту, если студент раскрыл в основном теоретические вопросы, однако допущены неточности в определении основных понятий. При ответе на дополнительные вопросы допущены небольшие неточности. При выполнении практической части работы допущены несущественные ошибки;

- **10-16 баллов** выставляется студенту, если при ответе на теоретические вопросы студентом допущено несколько существенных ошибок в толковании основных понятий. Логика и полнота ответа страдают заметными изъянами. Заметны пробелы в знании основных методов. Теоретические вопросы в целом изложены достаточно, но с пропусками материала. Имеются принципиальные ошибки в логике построения ответа на вопрос. Студент не решил задачу или при решении допущены грубые ошибки;

- **1-10 баллов** выставляется студенту, если ответ на теоретические вопросы свидетельствует о непонимании и крайне неполном знании основных понятий и методов. Обнаруживается отсутствие навыков применения теоретических знаний при выполнении практических заданий. Студент не смог ответить ни на один дополнительный вопрос.

**Вопросы для семинаров**

**Модуль I.**

**Тема 1. Понятие и источники профессиональных рисков в социальной работе**

1. Понятие «социальные» и «профессиональные» риски.
2. Источники профессиональных рисков в социальной работе.
3. Виды профессиональных рисков

**Тема 2. Профессиональный стресс в деятельности социального работника**

1. Виды и причины профессиональных стрессов.
2. Факторы профессионального стресса в деятельности социального работника.
3. Классификация стрессов и их и последствий

**Тема 3. Профессиональная деформация у специалиста социальной работы**

1. Понятие профессиональной деформации: ее сущность и виды.
2. Источники и последствия профессиональной деформации у специалиста социальной работы

**Тема 4. Теоретические модели процесса «выгорания»**

1. Психологические подходы к процессу «выгорания».
2. Социологические подходы к процессу «выгорания».

**Тема 5. Сущность и факторы синдрома эмоционального «выгорания»**

1. Понятие «синдром эмоционального выгорания»
2. Личностный, ролевой и организационный факторы синдрома эмоционального «выгорания»

**Тема 6. Признаки синдрома эмоционального «выгорания» в социальной работе**

1. Причины синдрома эмоционального «выгорания»
2. Проявления синдрома эмоционального «выгорания»
3. Основные фазы синдрома эмоционального «выгорания»

## **Модуль II**

### **Тема 7. Основные методы преодоления профессиональной деформации в социальной работе**

1. Организационные методы профессиональной помощи социальной работы
2. Исследовательские методы помощи социальной работы

### **Тема 8. Психологические методы преодоления профессиональной деформации**

1. Методика аутотренинга.
2. Метод релаксации
3. Медитация

### **Тема 9. Медико-физкультурные и музыкальные методы**

1. Основы производственной гимнастики
2. Методы ароматерапии и фитотерапии
3. Музакатерапия

### **Тема 10. Профилактика профессиональной деформации в деятельности социального работника**

1. Роль психогигиены в профилактике процесса выгорания
2. Место профессионального сообщества для преодоления процесса эмоционального «выгорания»

#### ***Методические указания***

В целях успешной подготовки, проведения практических занятий и эффективного самостоятельного изучения рекомендованных тем обучающимся необходимо соблюдать следующие основные методические положения.

Цели практических занятий: научить обучающихся творчески мыслить, анализировать текущую социально-экономическую и политическую ситуации, выявлять существенные черты исторических процессов.

Задачи практических занятий: закрепление и углубление знаний, полученных на лекциях и приобретенных в процессе самостоятельной работы с учебной литературой, правовыми актами и другими материалами; формирование у обучающихся умений и навыков работы с научной литературой и специальными документами, анализ различных источников знаний, подготовка выступлений.

Практическому занятию должно предшествовать ознакомление с лекцией на соответствующую тему и литературой, указанной в плане этих занятий. Работа обучающихся по подготовке к занятию должна быть выполнена письменно, по желанию - в тезисной форме.

Занятия проходят в следующих основных формах: интерактива, решения задач, тестирования, свободного опроса обучающихся по заданным вопросам и др. Занятия могут происходить и в форме реферативного доклада, рассчитанного на 10-15 минут. Структурно он должен состоять из трех частей: вводной, основной и заключительной. В вводной части доклада обычно раскрывается научно-практическое значение темы сообщения, перечисляются основные вопросы содержания доклада. В основной части излагается материал, приводятся точки зрения на выдвинутую проблему. Желательно высказать собственное мнение обучающегося по излагаемой теме. В заключительной части доклада делаются краткое обобщение выступления и выводы. Такая схема доклада помогает обучающемуся более полно и глубоко усвоить и осветить в докладе узловые положения

обсуждаемой темы, стимулирует привитие обучающимся творческой способности, активности и инициативы.

**Критерии оценки (в баллах)** (должны строго соответствовать рейтинг плану по макс. и мин. колич. баллов и только для тех, кто учится с использованием модульно-рейтинговой системы обучения и оценки успеваемости студентов):

#### **По 1 модулю**

**3 балла** выставляется студенту, если

- студент полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; выступление не является простым чтением материала, поддерживается зрительный контакт с аудиторией

- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебной литературы, но и самостоятельно составленные;

- излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

**2 балла** выставляется студенту, если

- студент полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; выступление не является простым чтением материала, поддерживается зрительный контакт с аудиторией

- обнаруживает непонимание материала, не может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебной литературы, но и самостоятельно составленные;

- излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

**1 балл** выставляется студенту, если

- студент неполно излагает материал, дает правильных определений большого количества основных понятий; выступление является простым чтением материала

- обнаруживает непонимание материала, не может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры;

- излагает материал непоследовательно и неправильно с точки зрения норм литературного языка.

**0 баллов** ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и понятий, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал, а также недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

#### **По 2 модулю**

**4 балла** выставляется студенту, если

- студент полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; выступление не является простым чтением материала, поддерживается зрительный контакт с аудиторией

- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебной литературы, но и самостоятельно составленные;

- излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

**3 балла** выставляется студенту, если

- студент полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; выступление не является простым чтением материала, поддерживается зрительный контакт с аудиторией

- обнаруживает непонимание материала, не может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебной литературы, но и самостоятельно составленные;

- излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

**2 балла** выставляется студенту, если

- студент неполно излагает материал, дает лишь частично правильное определение основных понятий; выступление является простым чтением материала

- обнаруживает непонимание материала, не может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебной литературы, но и самостоятельно составленные;

- излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

**1 балл** выставляется студенту, если

- студент неполно излагает материал, дает правильных определений большого количества основных понятий; выступление является простым чтением материала

- обнаруживает непонимание материала, не может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры;

- излагает материал непоследовательно и неправильно с точки зрения норм литературного языка.

**0 баллов** ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и понятий, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал, а также недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

### *Примерные тесты по дисциплине*

2. Состояние физического, эмоционального и психического истощения, вызванного длительным пребыванием в ситуациях, предъявляющих высокие эмоциональные требования к профессионалу, это?

- а) стресс;
- б) дистресс;
- в) синдром эмоционального выгорания;
- г) профессиональный кризис.

3. Какой фактор, обуславливающий возникновение стресса, Зеер Э.Ф. не выделял?

- а) возрастные психофизиологические изменения;
- б) изменение социально-профессиональной ситуации;
- в) тотальная погруженность в профессиональную среду;
- г) психологические условия жизнедеятельности человека.

4. Фактором (-ами) негативного влияния ученых выделил (-а) такие факторы стресса, как: информационный, информационной неопределенности, фактор ответственности, фактор дефицита времени?

- а) Е.И. Холостова; б) Н.Б. Шмелева; в) М.В.Фирсов; г) М.Ю. Колков.

5. Что означает термин «деперсонализация»?

- а) вкладывание в работу больших личностных ресурсов;
- б) циничное отношение к труду и объектам своего труда;
- в) состояние психической напряженности, вызванное конфликтами, трудностями в решении сложных социальных проблем;

г) возможность влияния на процесс работы и принятия касающихся работника решений.

6. Кто из ученых в 1982 году описал симптомы синдрома эмоционального выгорания и предложил метод его диагностики?

а) К. Маслач; б) В. Бойко; в) Г. Селье; г) С. Касл.

Тест оценивается по 15-балльной системе оценивания, за каждый правильный ответ – 1 балл

## **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

Учебная дисциплина обеспечена учебно-методической документацией и материалами. Ее содержание представлено в локальной сети вуза и на сайте факультета философии и социологии БашГУ <http://www.bashedu.ru/o-fakultete-filosofii-i-sotsiologii> Обучающимся обеспечен доступ к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам в компьютерном классе факультета философии и социологии БашГУ, а также к Электронной библиотеке БашГУ по адресу: [www.bashlib.ru](http://www.bashlib.ru).

### **5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

#### **Основная литература:**

1. Коньгина М. Н. Этические основы социальной работы [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е. Б. Горлова, М. Н. Коньгина .— Москва : Проспект, 2016 .— 160 с. — ISBN 978-5-8291-1271-4 .—

<URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=443611&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=443611&sr=1)>.

2. Холостова, Е.И. Технология социальной работы: Учебник для бакалавров [Электронный ресурс] / Е.И. Холостова .— Москва : Дашков и Ко, 2014 .— 478 с. — Доступ возможен через электронно-библиотечную систему издательства "Лань" .— ISBN 978-5-394-00615-9 .— <URL:[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=56314](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=56314)>.

#### **Дополнительная литература**

1. Холостова, Е. И. Семейное воспитание и социальная работа [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е. И. Холостова, Е. Черняк, Н. Стрельникова .— Москва : Дашков и Ко, 2015 .— 292 с. — Доступ к тексту электронного издания возможен через Электронно-библиотечную систему «Университетская библиотека online» .— ISBN 978-5-394-00602-9 .— <URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=452836&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=452836&sr=1)>.

2. Коньгина М.Н. Этические основы социальной работы [Электронный ресурс] : учебное пособие / М.Н. Коньгина, Е.Б. Горлова ; Министерство образования и науки Российской Федерации ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет» .— Ставрополь : СКФУ, 2014 .— 154 с. : ил. — Библиогр.: с. 84-86 .— <http://biblioclub.ru/> .— <URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457393>>

### **5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины**

Перечень программного обеспечения:

1. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. OLP NL Academic Edition. Лицензия бессрочная. Договор № 104 от 17.06.2013 г.

2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. OLP NL Academic Edition. Лицензия бессрочная. Договор № 114 от 12.11.2014 г.

3. Windows 10. Предустановленная. Лицензия бессрочная. Договор № 004 от 19.03.2019 г.

### Перечень информационных справочных систем:

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»: <http://lib.bashedu.ru/>
- ЭБС издательства «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
- ЭБС «Электронный читальный зал БашГУ»: <https://elib.bashedu.ru/>
- Министерство труда и социальной защиты РФ - <https://rosmintrud.ru> -
- «Пенсионный фонд Российской Федерации» - <http://www.pfrf.ru>
- Министерство семьи, труда и социальной защиты населения РБ <http://mintrudrb.ru> –
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [Электронный ресурс]. – URL: <http://scool-collection.edu.ru>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]. – URL: <http://window.edu.ru>
- Издательство «Лань» [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://e.lanbook.com/>
- Издательство «Юрайт» [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://biblio-online.ru>
- eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <http://www.elibrary.ru>
- ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://ibooks.ru>
- Znaniy.com [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://znaniy.com>
- Социология, психология, управление [Электронный ресурс]: электронная библиотека. – URL: <http://soc.lib.ru>
- Журнал СОННЭТ - Социальное обслуживание населения - <http://son-net.info/metodichka/programmy-proekty-technologii/>
- Соционет: научное информационное пространство по общественным наукам - URL: [https://socionet.ru/section.xml?h=book\\_sociologia](https://socionet.ru/section.xml?h=book_sociologia)
- Агентство социальной информации. Информационная поддержка гражданских инициатив - URL: <https://www.asi.org.ru>
- Фонд «Общественное мнение» - <http://fom.ru/>
- ВЦИОМ (Всероссийский центр изучения общественного мнения) - <http://www.wciom.ru>
- Союз Социальных Работников и Социальных Педагогов. - URL: <http://ssopir.ru/>
- Белорусская тематическая база для социальных работников. <http://www.belbsi.by>
- Архив видео-материалов - посвященных социальной работе - <http://www.socialwork-archive.org/>
- Международная площадка для общения социальных работников - <https://acronyms.thefreedictionary.com/Social+Work+International+Platform> -
- Электронный журнал "Вестник благотворительности" - [http://www.a-z.ru/nkoinfo/period/vestnic\\_blag/](http://www.a-z.ru/nkoinfo/period/vestnic_blag/) -
- **ИНСТИТУТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РАБОТНИКОВ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ** - <http://soc-education.ru>
- «Электронный журнал «Практика социальной работы» - <http://www.центрсемья.пф/about> -
- Современные исследования социальных проблем- <https://soc-journal.ru>
- Журнал «Социальная политика и социология» <https://rgsu.net/about/science/publishing/magazine/social-policy-and-sociology/>
- Портал «Все о социальной поддержке» - <http://www.socialnaya-podderzhka.ru>

- Американский журнал «Социальная работа сегодня». - <http://www.socialworktoday.com>
- Сайт американского журнала «Новый социальный работник» - <http://www.socialworker.com/>
- Форум социальных работников и студентов социальной работы - <http://www.socialworkchat.org/index.php>
- Гарант - <http://www.garant.ru/hotlaw/mon/114756.htm>
- Консультант Плюс- <http://www.consultant.ru/law/hotdocs/4081.html>

**6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

| Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Вид занятий                            | Наименование оборудования, программного обеспечения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 2                                      | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>1. учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа:</b><br/>аудитория № 408 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4),<br/>аудитория № 421 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4)</p> <p><b>2. учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа:</b><br/>аудитория № 408 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4),<br/>аудитория № 409 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4),<br/>аудитория № 421 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4)</p> <p><b>3. учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций:</b><br/>аудитория № 408 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4),<br/>аудитория № 409 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4),</p> | <p>Лекция<br/>Практические занятия</p> | <p><b>Аудитория № 408</b><br/>Учебная мебель, доска<br/><b>Аудитория № 409</b><br/>Учебная мебель, доска<br/><b>Аудитория № 419 лаборатория ИТ</b><br/>Учебная мебель, шкафы, моноблоки<br/>Моноблок Lenovo ThinkCentreAll-in-One 2048MB 320GB, (15 штук).<br/><b>Аудитория № 421 лаборатория ИТ</b><br/>Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, доска, мультимедиа-проектор BenQ MX660, экран настенный Classic Norma 244*183.<br/>Компьютер в сборе PowerCool Core i3-8100 (3.5), 8 GB (15 штук); LCD Монитор 21,5`` (15 штук.)<br/><b>Читальный зал № 5</b><br/>Учебная мебель – 27 посадочных мест, учебно-наглядные пособия, принтер Kyocera M130 – 1 шт., сканер Epson V33 – 1 шт., моноблок Compaq Intel Atom, 20.0``, 2 GB, моноблок IRu 502, 21.5``, Intel Pentium, 4 GB, огнетушитель – 1 шт., подставка автосенсорная на сканер – 1 шт.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>4. учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации:</b><br/> аудитория № 408<br/> (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4),<br/> аудитория № 409<br/> (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4),<br/> аудитория № 419<br/> (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4),</p> <p><b>5. помещения для самостоятельной работы:</b><br/> Абонемент № 5<br/> (помещение, ул. Карла Маркса 3/4, 3 этаж, каб. 302);</p> <p><b>6. помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования:</b><br/> аудитория № 305<br/> (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4)</p> |  | <p><b>Аудитория № 305</b><br/> Учебная мебель, орг. техника.<br/> <b>Программное обеспечение:</b></p> <p>1 Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. OLP NL Academic Edition. Лицензия бессрочная. Договор № 104 от 17.06.2013 г.<br/> 2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. OLP NL Academic Edition. Лицензия бессрочная. Договор № 114 от 12.11.2014 г.<br/> 3. Windows 10. Предустановленная. Лицензия бессрочная. Договор № 004 от 19.03.2019 г.<br/> 4. Система централизованного тестирования БашГУ (Moodle): «Официальный оригинальный английский текст лицензии для системы Moodle&lt;<a href="http://www.gnu.org/licenses/gpl.html">http://www.gnu.org/licenses/gpl.html</a>&gt;Перевод лицензии для системы Moodle<br/> <a href="http://rusgpl.ru/rusgpl.pdf">http://rusgpl.ru/rusgpl.pdf</a></p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИОЛОГИИ

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

дисциплины **Профилактика и преодоление профессиональной деформации  
специалистов социальной работы**  
на 8 семестр очной формы обучения

| <b>Вид работы</b>                                                                                                                             | <b>Объем<br/>дисциплины<br/>Очная форма<br/>обучения</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)                                                                                                   | <b>108/3</b>                                             |
| Учебных часов на контактную работу с преподавателем:                                                                                          | <b>45,2</b>                                              |
| лекций                                                                                                                                        | 22                                                       |
| практических/ семинарских                                                                                                                     | 22                                                       |
| других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР) | 1,2                                                      |
| Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)                                                                                      | <b>26,8</b>                                              |
| Учебных часов на подготовку к экзамену (Контроль)                                                                                             | <b>36</b>                                                |

Форма контроля:  
экзамен 4 курс 8 семестр

| №<br>п/<br>п | Тема и содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Форма изучения материалов:<br>лекции, практические занятия,<br>семинарские занятия,<br>лабораторные работы,<br>самостоятельная работа и<br>трудоемкость (в часах) |            |    |    | Основная и<br>дополнител<br>ьная<br>литература,<br>рекомендуе<br>мая<br>студентам<br>(номера из<br>списка) | Задания по<br>самостоятельно<br>й работе<br>студентов     | Форма<br>текущего<br>контроля<br>успеваемости<br>(коллоквиум<br>ы,<br>контрольные<br>работы,<br>компьютерны<br>е тесты и т.п.) |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ЛК                                                                                                                                                                | ПР/С<br>ЕМ | ЛР | СР |                                                                                                            |                                                           |                                                                                                                                |
| 1            | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 3                                                                                                                                                                 | 4          | 5  | 6  | 7                                                                                                          | 8                                                         | 9                                                                                                                              |
| 1.           | <p align="center"><b><u>Модуль I.</u></b><br/><b><u>Понятие и источники</u></b><br/><b><u>профессиональных рисков в</u></b><br/><b><u>социальной работе</u></b></p> <p>1. Понятие «социальные» и «профессиональные» риски.<br/>2. Источники профессиональных рисков в социальной работе.<br/>3. Виды профессиональных рисков</p> | 2                                                                                                                                                                 | 2          |    | 2  | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2                                                                                        | 1. Знакомство рекомендуемой литературой;                  | Устный опрос                                                                                                                   |
| 2            | <p align="center"><b><u>Профессиональный стресс в</u></b><br/><b><u>деятельности социального работника</u></b></p> <p>1. Виды и причины профессиональных стрессов.<br/>2. Факторы профессионального стресса в деятельности социального работника.<br/>3. Классификация стрессов и их и последствий</p>                           | 2                                                                                                                                                                 | 2          |    | 2  | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2                                                                                        | 1. Проверка конспекта лекций;<br>2. Подготовка к семинару | Устный опрос                                                                                                                   |
| 3.           | <p align="center"><b><u>Профессиональная деформация у</u></b><br/><b><u>специалиста социальной работы</u></b></p> <p>1. Понятие профессиональной деформации: ее сущность и виды.</p>                                                                                                                                             | 2                                                                                                                                                                 | 2          |    | 2  | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2                                                                                        | 1. Проверка конспекта лекций;<br>2. Подготовка к          | Устный опрос                                                                                                                   |

|    |                                                                                                                                                                                                                                               |   |   |  |   |                     |                                                                    |              |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|--|---|---------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------|
|    | 2. Источники и последствия профессиональной деформации у специалиста социальной работы                                                                                                                                                        |   |   |  |   |                     | семинару                                                           |              |
| 4. | <b><u>Теоретические модели процесса «выгорания»</u></b><br>1. Психологические подходы к процессу «выгорания».<br>2. Социологические подходы к процессу «выгорания».                                                                           | 2 | 2 |  | 2 | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Проверка конспекта лекций;<br>2. Подготовка к семинару          | Устный опрос |
| 5. | <b><u>Сущность и факторы синдрома эмоционального «выгорания»</u></b><br>1. Понятие «синдром эмоционального выгорания»<br>2. Личностный, ролевой и организационный факторы синдрома эмоционального «выгорания»                                 | 2 | 2 |  | 2 | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Проверка конспекта лекций;<br>2. Подготовка к семинару          | Устный опрос |
| 6  | <b><u>Признаки синдрома эмоционального «выгорания» в социальной работе</u></b><br>1. Причины синдрома эмоционального «выгорания»<br>2. Проявления синдрома эмоционального «выгорания»<br>3. Основные фазы синдрома эмоционального «выгорания» | 2 | 2 |  | 2 | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Изучение рекомендуемой литературы;<br>2. Подготовка к семинару. | Устный опрос |
| 7  | <b><u>Модуль II Основные методы преодоления профессиональной деформации в социальной работе</u></b><br>1. Организационные методы профессиональной помощи социальной работы<br>2. Исследовательские методы помощи социальной работы            | 2 | 2 |  | 2 | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Изучение рекомендуемой литературы;<br>2. Подготовка к семинару  | Устный опрос |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                         |   |   |  |     |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |              |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|--|-----|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 8  | <p><b>Психологические методы преодоления профессиональной деформации</b></p> <p>1. Методика аутотренинга.<br/>2. Метод релаксации<br/>3. Медитация</p>                                                                                                  | 2 | 2 |  | 4   | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Изучение рекомендуемой литературы;<br>2. Подготовка к семинару                                                                                                                                                                                                                               | Устный опрос |
| 9  | <p><b>Медико-физкультурные и музыкальные методы</b></p> <p>1. Основы производственной гимнастики<br/>2. Методы ароматерапии и фитотерапии<br/>3. Музакатерапия</p>                                                                                      | 2 | 2 |  | 4   | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Подготовка к семинару;<br>2. Подготовка к тестированию                                                                                                                                                                                                                                       | Устный опрос |
| 10 | <p><b>Профилактика профессиональной деформации в деятельности социального работника</b></p> <p>1. Роль психогигиены в профилактике процесса выгорания<br/>2. Место профессионального сообщества для преодоления процесса эмоционального «выгорания»</p> | 4 | 4 |  | 4,8 | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Подведение итогов работы;<br>2. Тестирование.                                                                                                                                                                                                                                                | Устный опрос |
|    | <b>Контрольная работа –</b>                                                                                                                                                                                                                             |   |   |  |     |                     | <b>Контрольная работа –</b> это письменная работа, в которой измеряется уровень знаний, навыков и умений. Используется как средство для установления эффективности осуществления образовательной деятельности. Контрольная работа может быть проведена в письменной форме, на бумаге, с помощью |              |

|  |               |           |           |  |              |  |                                                                                                                                              |
|--|---------------|-----------|-----------|--|--------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |               |           |           |  |              |  | компьютера, в течении<br>определенного периода<br>времени под контролем. Может<br>состоять из тем, предложенных<br>преподавателем из списка. |
|  | <b>ИТОГО:</b> | <b>22</b> | <b>22</b> |  | <b>26,8/</b> |  |                                                                                                                                              |

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИОЛОГИИ

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

дисциплины **Профилактика и преодоление профессиональной деформации  
специалистов социальной работы**  
на 5 курс летняя сессия заочной формы обучения

| <b>Вид работы</b>                                                                                                                             | <b>Объем<br/>дисциплины<br/>Заочная форма<br/>обучения</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)                                                                                                   | <b>108/3</b>                                               |
| Учебных часов на контактную работу с преподавателем:                                                                                          | <b>19,7</b>                                                |
| лекций                                                                                                                                        | 6                                                          |
| практических/ семинарских                                                                                                                     | 10                                                         |
| других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР) | 1,2                                                        |
| Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)                                                                                      | <b>81,8,3</b>                                              |
| Учебных часов на подготовку к экзамену (Контроль)                                                                                             | <b>9</b>                                                   |

Форма контроля:  
экзамен 5 курс летняя сессия



| №<br>п/<br>п | Тема и содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Форма изучения материалов:<br>лекции, практические занятия,<br>семинарские занятия,<br>лабораторные работы,<br>самостоятельная работа и<br>трудоемкость (в часах) |            |    |    | Основная и<br>дополнител<br>ьная<br>литература,<br>рекомендуе<br>мая<br>студентам<br>(номера из<br>списка) | Задания по<br>самостоятельно<br>й работе<br>студентов     | Форма<br>текущего<br>контроля<br>успеваемости<br>(коллоквиум<br>ы,<br>контрольные<br>работы,<br>компьютерны<br>е тесты и т.п.) |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ЛК                                                                                                                                                                | ПР/С<br>ЕМ | ЛР | СР |                                                                                                            |                                                           |                                                                                                                                |
| 1            | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 3                                                                                                                                                                 | 4          | 5  | 6  | 7                                                                                                          | 8                                                         | 9                                                                                                                              |
| 1.           | <p align="center"><b><u>Модуль I.</u></b><br/><b><u>Понятие и источники</u></b><br/><b><u>профессиональных рисков в</u></b><br/><b><u>социальной работе</u></b></p> <p>1. Понятие «социальные» и «профессиональные» риски.<br/>2. Источники профессиональных рисков в социальной работе.<br/>3. Виды профессиональных рисков</p> | 0                                                                                                                                                                 | 0          |    | 8  | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2                                                                                        | 2. Знакомство рекомендуемой литературой;                  | Устный опрос                                                                                                                   |
| 2            | <p align="center"><b><u>Профессиональный стресс в</u></b><br/><b><u>деятельности социального работника</u></b></p> <p>1. Виды и причины профессиональных стрессов.<br/>2. Факторы профессионального стресса в деятельности социального работника.<br/>3. Классификация стрессов и их и последствий</p>                           | 0                                                                                                                                                                 | 0          |    | 8  | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2                                                                                        | 1. Проверка конспекта лекций;<br>2. Подготовка к семинару | Устный опрос                                                                                                                   |
| 3.           | <p align="center"><b><u>Профессиональная деформация у</u></b><br/><b><u>специалиста социальной работы</u></b></p> <p>1. Понятие профессиональной деформации: ее сущность и виды.</p>                                                                                                                                             | 2                                                                                                                                                                 | 2          |    | 8  | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2                                                                                        | 1. Проверка конспекта лекций;<br>2. Подготовка к семинару | Устный опрос                                                                                                                   |

|    |                                                                                                                                                                                                                                               |   |   |  |   |                     |                                                                    |              |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|--|---|---------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------|
|    | 2. Источники и последствия профессиональной деформации у специалиста социальной работы                                                                                                                                                        |   |   |  |   |                     |                                                                    |              |
| 4. | <b><u>Теоретические модели процесса «выгорания»</u></b><br>3. Психологические подходы к процессу «выгорания».<br>4. Социологические подходы к процессу «выгорания».                                                                           | 0 | 0 |  | 8 | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Проверка конспекта лекций;<br>2. Подготовка к семинару          | Устный опрос |
| 5. | <b><u>Сущность и факторы синдрома эмоционального «выгорания»</u></b><br>1. Понятие «синдром эмоционального выгорания»<br>2. Личностный, ролевой и организационный факторы синдрома эмоционального «выгорания»                                 | 2 | 0 |  | 8 | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Проверка конспекта лекций;<br>2. Подготовка к семинару          | Устный опрос |
| 6  | <b><u>Признаки синдрома эмоционального «выгорания» в социальной работе</u></b><br>1. Причины синдрома эмоционального «выгорания»<br>2. Проявления синдрома эмоционального «выгорания»<br>3. Основные фазы синдрома эмоционального «выгорания» | 2 | 2 |  | 8 | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Изучение рекомендуемой литературы;<br>2. Подготовка к семинару. | Устный опрос |
| 7  | <b><u>Модуль II Основные методы преодоления профессиональной деформации в социальной работе</u></b><br>1. Организационные методы профессиональной помощи социальной работы<br>2. Исследовательские методы помощи социальной работы            | 0 | 0 |  | 8 | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Изучение рекомендуемой литературы;<br>2. Подготовка к семинару  | Устный опрос |

|    |                                                                                                                                                                                                                                             |          |           |  |             |                     |                                                                   |              |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------|--|-------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------|
| 8  | <b>Психологические методы преодоления профессиональной деформации</b><br>1. Методика аутотренинга.<br>2. Метод релаксации<br>3. Медитация                                                                                                   | 0        | 2         |  | 8           | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Изучение рекомендуемой литературы;<br>2. Подготовка к семинару | Устный опрос |
| 9  | <b>Медико-физкультурные и музыкальные методы</b><br>1. Основы производственной гимнастики<br>2. Методы ароматерапии и фитотерапии<br>3. Музакатерапия                                                                                       | 0        | 2         |  | 8           | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 1. Подготовка к семинару;<br>2. Подготовка к тестированию         | Устный опрос |
| 10 | <b>Профилактика профессиональной деформации в деятельности социального работника</b><br>1. Роль психогигиены в профилактике процесса выгорания<br>2. Место профессионального сообщества для преодоления процесса эмоционального «выгорания» | 0        | 2         |  | 9,8         | «О» 1-2,<br>«Д» 1-2 | 3. Подведение итогов работы;<br>4. Тестирование.                  | Устный опрос |
|    | <b>ИТОГО:</b>                                                                                                                                                                                                                               | <b>6</b> | <b>10</b> |  | <b>81,8</b> |                     |                                                                   |              |