

**Федеральное государственное бюджетное учреждение
«Федеральный научно-клинический центр
специализированных видов медицинской помощи и медицинских
технологий
Федерального медико-биологического агентства»**

АКАДЕМИЯ ПОСТДИПЛОМНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе
Академии постдипломного образования
ФГБУ ФНКЦ ФМБА России
к.м.н, доцент Гизатулина Л.А.



«24» августа 2020

КАФЕДРА ПСИХИАТРИИ, НАРКОЛОГИИ И ПСИХОТЕРАПИИ

**Дополнительная профессиональная программа
повышения квалификации врачей по теме:
«Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома
эмоционального выгорания у медицинских работников»**

специальности «Психиатрия»

форма обучения: с применением дистанционных образовательных технологий

трудоемкостью 24 академических часа

Москва

2020 год

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации составлена на основании:

-Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-Федерального закона от 21.11.2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» с изменениями, внесенными ФЗ от 29.12.2015г. № 389-ФЗ;

-приказа Минобрнауки России от 01.07.2013 N 499 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам";

-приказа Минздравсоцразвития РФ от 23.07.2010 N 541н "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения";

-приказа Минздрава России от 08.10.2015г. № 707н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием по направлению подготовки «Здравоохранение и медицинские науки»;

-приказа Минздрава России от 02.06.2016г. № 334н «Об утверждении Положения об аккредитации специалистов»;

-приказа Минздрава России от 11.11.2013г. № 837 «Об утверждении положения о модели отработки основных принципов непрерывного медицинского образования специалистов с высшим медицинским образованием в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, находящихся в ведении Министерства здравоохранения Российской Федерации, с участием медицинских профессиональных некоммерческих организаций (в ред. приказа Минздрава России от 09.06.2015 № 328).

Дополнительная профессиональная образовательная программа подготовлена авторским коллективом кафедры в составе:

Заведующий кафедрой, д.м.н., профессор Никифоров Игорь Анатольевич
к.м.н., доцент Постнов Виктор Викторович

Программа обсуждена на заседании кафедры: 17 августа 2020г.
Протокол № _8/2_

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации врачей по теме: **«Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников»** трудоемкостью 24 академических часа дает возможность изучить теоретические основы, принципы и модели профилактики, психотерапии и коррекции профессиональных деструкций, последствий рабочих эмоциональных перегрузок и стрессов у врачей, медицинских сестёр и клинических психологов.

I. ЦЕЛЬ ОБУЧЕНИЯ

Цель дополнительной профессиональной программы повышения квалификации врачей по теме **«Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников»** специальности «Психиатрия» заключается в углубленном изучении теоретических знаний и обеспечивающих совершенствование профессиональных компетенций врачей для самостоятельной профессиональной деятельности в рамках имеющейся квалификации.

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

врачей, успешно освоившего дополнительную профессиональную программу повышения квалификации врачей со сроком освоения 24 академических часов по теме: **«Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников»**

КВАЛИФИКАЦИОННАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПО ДОЛЖНОСТИ

Врач-психиатр

Должностные обязанности. Оказывает населению психиатрическую помощь. Выполняет перечень работ и услуг для диагностики заболевания, оценки состояния больного и клинической ситуации в соответствии со стандартом медицинской помощи. Выполняет перечень работ и услуг для лечения заболевания, состояния, клинической ситуации в соответствии со стандартом медицинской помощи. Осуществляет экспертизу временной нетрудоспособности. Ведет медицинскую документацию в установленном порядке. Соблюдает принципы врачебной этики. Руководит работой среднего и младшего медицинского персонала. Проводит санитарно-просветительную работу среди больных и их родственников по укреплению здоровья и профилактике заболеваний, пропаганде здорового образа жизни. Определяет показания к виду последующей медицинской помощи: амбулаторной (лечебно-консультативная или диспансерное наблюдение), полустационарной или в условиях стационара; при наличии показаний направить или организовать перевод больного в реанимационное отделение многопрофильной больницы, организовать диагностику, наблюдение, лечение и реабилитацию пациентов, страдающих психическими расстройствами, в соответствии с клиническими показаниями и уровнем социальной адаптации/дезадаптации на всех этапах оказания психиатрической помощи; определяет показания к неотложной госпитализации, а в необходимых случаях ее организует в соответствии с законодательством Российской Федерации; осуществляет освидетельствование и госпитализацию больного в недобровольном порядке с соблюдением при этом всех предусмотренных законодательством процедур. Обеспечивает преемственность терапии больных в амбулаторных и стационарных условиях. Разрабатывает (совместно с психологом, специалистом по социальной работе (социальным работником)) индивидуальные комплексные программы психосоциальной реабилитации больных и осуществляет их совместно с указанными специалистами на данном

этапе помощи. Организовывает и дифференцированно привлекает больных к различным формам лечебно-трудовой деятельности. Выявляет признаки временной и стойкой (частичной и полной) утраты трудоспособности. Определяет профессиональные ограничения - проводит первичную трудовую экспертизу через клинико-экспертную комиссию (КЭК) с представлением больного на МСЭК. Проводит мероприятия по предупреждению рецидивов и осложнений заболевания, а также предупреждению общественно-опасных деяний пациентов (преемственная связь с диспансером), дает рекомендации по поддерживающей терапии, трудовые и социально-гигиенические рекомендации больному и его родственникам. Проводит диспансеризацию больных. Оказывает психиатрическую помощь населению при чрезвычайных ситуациях. Ведет всю необходимую медицинскую документацию. Проводит санитарно-просветительную работу. Составляет отчеты о своей работе и осуществляет анализ ее эффективности.

Должен знать: Конституцию Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации в сфере здравоохранения; порядок оказания психиатрической помощи; общие вопросы организации психиатрической помощи (в т.ч. скорой психиатрической помощи), вопросы обеспечения и управления качеством оказания психиатрической помощи, принципы полипрофессионального ее оказания, взаимодействия со специалистами, оказывающими первичную медико-санитарную помощь; основные вопросы общей психопатологии; клиническую картину психических заболеваний, их этиологию и патогенез, принципы дифференциальной диагностики и лечения; симптоматику состояний, требующих неотложной госпитализации, применения методов интенсивной терапии; методы исследования психически больных и, прежде всего, клинкопсихопатологические, возможности инструментальных и специальных параклинических методов диагностики в психиатрии; основы фармакотерапии психических заболеваний, другие методы биологической терапии в психиатрии, основы психотерапии, психосоциальной терапии и психосоциальной реабилитации; вопросы временной и стойкой нетрудоспособности, медико-социальной экспертизы, вопросы диспансеризации и реабилитации психически больных; вопросы судебно-психиатрической и военной экспертизы психически больных; вопросы организации и деятельности медицинской службы гражданской обороны; формы и методы санитарного просвещения; основы трудового законодательства; правила внутреннего трудового распорядка; правила по охране труда и пожарной безопасности.

Требования к квалификации. Высшее профессиональное образование по специальности "Лечебное дело", "Педиатрия", послевузовское профессиональное образование (интернатура или (и) ординатура) и сертификат специалиста по специальности "Психиатрия", без предъявления требований к стажу работы.

Характеристика профессиональных компетенций

врачей, подлежащих совершенствованию в результате освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации по теме

«Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников»

У обучающегося совершенствуются следующие универсальные компетенции (далее - УК):

- способность и готовность анализировать социально значимые проблемы и процессы, использовать на практике методы гуманитарных, естественнонаучных, медико-биологических и клинических наук в различных видах своей профессиональной деятельности (УК-1);

У обучающегося должны быть сформированы следующие профессиональные компетенции (далее - ПК):

в диагностической деятельности:

готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем (ПК-1);

в лечебной деятельности:

готовность к ведению и лечению пациентов, нуждающихся в оказании психиатрической медицинской помощи (ПК-2);

в профилактической деятельности:

готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания (ПК-3);

Характеристика новых профессиональных компетенций,

формирующихся в результате освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации врачей по теме:

«Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников»

У обучающегося должны быть сформированы следующие профессиональные компетенции (далее - ПК):

- способность и готовность выполнять основные диагностические и лечебные мероприятия в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 17.05.2012 N 566н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при психических расстройствах и расстройствах поведения» (зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 12 июля 2012 г. N 24895) (ПК-4).

Перечень знаний, умений и навыков

По окончании обучения врач должен знать:

- стрессовые факторы и профессиональные дистракции;
- основные модели психопрофилактики;
- эффективные формы коррекционных и профилактических мероприятий.

По окончании обучения врач должен уметь:

- опросить больного и получить наиболее достоверные сведения об имеющихся факторах риска и типе психического расстройства;
- правильно и максимально полно собрать анамнез болезни и анамнез жизни больного;
- выявить характерные признаки имеющегося заболевания;
- выбирать адекватные и эффективные формы коррекционных и профилактических мероприятий;
- получать навыки эффективной профессиональной коммуникации и элементарных психотерапевтических приемов.

По окончании обучения врач должен владеть навыками:

- распознавания стрессовых факторов и синдрома эмоционального выгорания;
- диагностики профессиональных личностных деформаций, донологических и клинических проявлений стрессовых расстройств у медработников;
- психотерапии, психокоррекции и психопрофилактики эмоционального выгорания, профессиональных стрессовых расстройств и личностных деформаций.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Итоговая аттестация по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации врачей по теме: **«Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников» «Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников»** специальности «Психиатрия», трудоемкостью 24 академических часов, проводится в форме тестирования и должна выявлять теоретическую и практическую подготовку врача в соответствии с требованиями квалификационных характеристик и профессиональных стандартов.

Обучающийся допускается к итоговой аттестации после изучения дисциплин в объеме, предусмотренном учебным планом дополнительной профессиональной программы повышения квалификации по теме: **«Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников»** по специальности «Психиатрия».

Лица, освоившие дополнительную профессиональную программу повышения квалификации и прошедшие итоговую аттестацию (тестирование), получают документ установленного образца.

IV. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Код	Наименование тем, элементов и подэлементов
<u>Модуль 1</u>	Стрессогенные факторы и синдром эмоционального выгорания.
1.1	Стрессогенные факторы в работе врачей, медицинских сестёр и медицинских психологов.
1.2	Профессиональная коммуникация в медицине.
1.3	Синдром эмоционального выгорания
<u>Модуль 2</u>	Профессиональные личностные деформации, донозологические и клинические проявления стрессовых расстройств у медработников.
2.1	Последствия профессиональных стрессов и профессиональные личностные деформации.
2.2	Аддиктивное поведение и эмоциональное выгорание.
2.3	Последствия эмоционального выгорания и их клинические проявления.
<u>Модуль 3</u>	Психотерапия, психокоррекция и психопрофилактика эмоционального выгорания, профессиональных стрессовых расстройств и личностных деформаций
3.1	Общие принципы профилактики профессиональных стрессовых расстройств у медицинских работников
3.2	Приёмы и методы психотерапии и психокоррекции, используемые в профилактике эмоционального выгорания

У. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации врачей по теме «Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников» трудоемкостью 24 академических часов

Цель: систематизация и углубление профессиональных знаний, овладение умениями и навыками, обеспечивающими совершенствование профессиональных компетенций врача для самостоятельной профессиональной деятельности в рамках имеющейся квалификации.

Трудоемкость обучения: 24 академических часа

Категория обучающихся: врачи психиатры, психиатры-наркологи, психотерапевты, медицинские психологи.

Форма обучения: с применением дистанционных образовательных технологий, без отрыва от работы.

Особенности обучения: 24 академических часа с применением дистанционных образовательных технологий

Режим занятий: 6 академических часов в день.

Рабочая программа учебных модулей

Код	Наименование разделов дисциплин	Всего часов	В том числе			Форма контроля
			Лекции	ОСК	ПЗ, СЗ, ЛЗ	
1.	Стрессогенные факторы и синдром эмоционального выгорания.	8	4	-	4	
1.1	Стрессогенные факторы в работе врачей, медицинских сестёр и медицинских психологов.	2	1	-	1	
1.2	Профессиональная коммуникация в медицине.	2	1	-	1	
1.3	Синдром эмоционального выгорания	4	2	-	2	
2.	Профессиональные личностные деформации, донозологические и клинические проявления стрессовых расстройств у медработников.	8	3	-	5	
2.1	Последствия профессиональных стрессов и профессиональные личностные деформации.	2	1	-	1	

2.2	Аддиктивное поведение и эмоциональное выгорание.	3	1	-	2	
2.3	Последствия эмоционального выгорания и их клинические проявления.	3	1	-	2	
3	Психотерапия, психокоррекция и психопрофилактика эмоционального выгорания, профессиональных стрессовых расстройств и личностных деформаций	7	1		6	
3.1	Общие принципы профилактики профессиональных стрессовых расстройств у медицинских работников	3	1	-	2	
3.2	Приёмы и методы психотерапии и психокоррекции, используемые в профилактике эмоционального выгорания	4	-	-	4	
4.	Итоговая аттестация	1	-	-	1	Тестирование
	Итого:	24	8	-	16	

VI. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Тематика лекционных занятий:

N	Тема лекции	Содержание лекции (указываются коды разделов и тем, обеспечивающие содержание лекции)	Формируемые компетенции (указываются шифры компетенций)
1.	Стрессогенные факторы в работе врачей, медицинских сестёр и медицинских психологов.	1.1	УК-1
2.	Профессиональная коммуникация в медицине.	1.2	УК-1
3.	Синдром эмоционального выгорания	1.3	ПК-1, ПК-2
4.	Последствия профессиональных стрессов и профессиональные личностные деформации.	2.1	ПК-1, ПК-2
5.	Аддиктивное поведение и	2.2	ПК-1, ПК-2

	эмоциональное выгорание.		
6.	Последствия эмоционального выгорания и их клинические проявления.	2.3	УК-1; ПК-1, ПК-2
7.	Общие принципы профилактики профессиональных стрессовых расстройств у медицинских работников	3.1	ПК-1, ПК-2, ПК-3

Тематика семинарских занятий:

№	Тема семинара	Содержание семинара (указываются коды разделов и тем, обеспечивающие содержание семинарских занятий)	Формируемые компетенции (указываются шифры компетенций)
1.	Синдром эмоционального выгорания	1.3	ПК-1, ПК-2
2.	Последствия эмоционального выгорания и их клинические проявления.	2.3	УК-1; ПК-1, ПК-2
3.	Общие принципы профилактики профессиональных стрессовых расстройств у медицинских работников	3.1	ПК-3; ПК-4
4.	Приёмы и методы психотерапии и психокоррекции, используемые в профилактике эмоционального выгорания	3.2	ПК-3; ПК-4

VII. ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Итоговая аттестация (тестирование) по результатам освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации врачей по теме: **«Профилактика профессиональных стрессовых расстройств и синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников»** специальности «Психиатрия» трудоёмкостью 24 академических часа, должна выявлять теоретическую и практическую подготовку врача.

Примеры тестовых заданий

1. «Стресс» в переводе с английского:

- А) невроз;
- Б) раздражение, проблема;
- В) напряжение, нагрузка.

2. Стресс – совокупность неспецифических адаптационных реакций организма на:

- А) воздействие неблагоприятных факторов;
- Б) воздействие конкретных недоброжелателей;
- В) воздействие деструктивного влияния энтропии.

3. Эустресс – стресс, вызванный:

- А) положительными эмоциями; несильный стресс, мобилизующий организм;
- Б) отсутствием желательного общения с окружающими;
- В) внезапной алкогольной интоксикацией и перееданием.

4. Дистресс – это:

- А) негативный тип стресса, с которым организм не в силах справиться;
- Б) стресс из-за внезапно возникшей неосознаваемой проблемы экзистенциального выбора;
- В) стресс вследствие неожиданной начальственной директивы.

5. Факультативный стрессор (стрессогенный фактор) – это:

- А) стрессор, который подразумевает возможность адаптации организма без каких-либо значимых деструктивных последствий;
- Б) неучитываемый в данном исследовании фактор;
- В) неизученный фактор;

6. Облигатный стрессор (стрессогенный фактор) – это:

- А) стрессор, который так или иначе приводит к срыву адаптации при любой подготовленности и ресурсности индивида;
- Б) обязательный к рассмотрению фактор с точки зрения законодательства;
- В) неизученный фактор;

7. Осознанная трудовая деятельность в той, или иной степени подразумевает:

- А) понимание меры ответственности за последствия совершённых поступков;
- Б) безусловное и безоговорочное принятие случившихся событий, как данность;
- В) обязательную мобилизацию эмоциональных, психологических, биологических ресурсов индивида.

8. Ресурсность специалиста зависит от:

- А) общего уровня подготовки (натренированности), мотивации на данный вид деятельности, функциональности (наличие или обеспечение «состояния оперативного покоя», соблюдение режима труда и отдыха);
- Б) уровня обеспечения контроля со стороны руководства;
- В) поддержки со стороны коллег.

9. Стрессогенный фактор в работе врача в виде общения в преимущественно негативном эмоциональном поле – это:

- А) влияние неблагоприятных генетических факторов;
- Б) влияние факторов, связанных с жалобами и проблемами, негативными эмоциями и обоснованными страхами пациентов, информацией о потенциальной угрозе для чьего-то здоровья или жизни;
- В) влияние неблагоприятных социально-экономических факторов и недостатков воспитания.

10. Общение с немотивированными на лечение пациентами, хамство и грубость со стороны пациентов или их родственников, работа с пациентами в состоянии опьянения и т.п. - стрессогенный фактор, называемый:

- А) трудности безусловно принимающего общения;
- Б) коммуникативные дефекты;
- В) коммуникативные парадоксы.

11. По Н.Ж.Фреуденбергер (1974), эмоциональное выгорание – это:

- А) профессиональная некомпетентность;
- Б) состояние здоровых людей, находящихся в интенсивном и тесном общении с клиентами, пациентами в эмоционально нагруженной атмосфере при оказании профессиональной помощи;
- В) нервное истощение.

12. Синдром профессионального угасания возникает в результате:

- А) преждевременной старости специалиста;
- Б) недостатка стимулирующих выплат;
- В) профессиональной гипостимуляции.

13. Хронически напряженная психоэмоциональная деятельность, дестабилизирующая организация деятельности, повышенная ответственность за исполняемые функции и операции, неблагоприятная психологическая атмосфера профессиональной деятельности, психологически трудный контингент – это:

- А) Внешние факторы, провоцирующие эмоциональное выгорание;
- Б) Внутренние факторы, провоцирующие эмоциональное выгорание;
- В) Результат эмоционального выгорания.

14. Склонность к эмоциональной ригидности, интенсивное восприятие и переживание обстоятельств профессиональной деятельности, слабая мотивация эмоциональной отдачи в профессии – это:

- А) Внешние факторы, провоцирующие эмоциональное выгорание;
- Б) Внутренние факторы, провоцирующие эмоциональное выгорание;
- В) Результат неправильной организации труда.

15. Симптомы «переживания психотравмирующих обстоятельств», «неудовлетворенности собой», «тревоги и депрессии» по В.В.Бойко, взявшего за основу учение Г.Селье для определения фаз эмоционального выгорания, это – признаки:

- А) первой фазы – «напряжения»;
- Б) второй фазы – «резистенции»;
- В) третьей фазы – «истощения».

16. «Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование», «эмоционально-нравственная дезориентация», «расширение сферы экономики эмоций», «редукция профессиональных обязанностей» по В.В.Бойко, взявшего за основу учение Г.Селье для определения фаз эмоционального выгорания, это – признаки:

- А) первой фазы – «напряжения»;
- Б) второй фазы – «резистенции»;
- В) третьей фазы – «истощения».

17. «Эмоциональный дефицит», «эмоциональная отстраненность», «личностная отстраненность», «психосоматические и психовегетативные нарушения» по В.В.Бойко, взявшего за основу учение Г.Селье для определения фаз эмоционального выгорания, это – признаки:

- А) первой фазы – «напряжения»;
- Б) второй фазы – «резистенции»;
- В) третьей фазы – «истощения».

18. Изменения во внутреннем опыте специалиста, которые возникают в результате его эмпатической вовлечённости в отношения с пациентом, переживающим психологическую травму – это:

- А) вторичная травма, или вторичный травматический стресс («Secondary Traumatic Stress»);
- Б) моббинг;
- В) аддикция.

19. Феномен, обозначающий состояние человека, переживающего ситуацию притеснения или преследования на работе – это:

- А) гемблинг;
- Б) моббинг;
- В) серфинг.

20. Профилактика развития синдрома эмоционального выгорания обязательно должна включать в себя:

- А) повышение заработной платы сотрудникам;
- Б) навыки гигиены труда и отдыха, обучение коммуникативным навыкам, эмоциональное отреагирование;
- В) здоровый образ жизни.

21. «Стремление к уходу от реальности посредством изменения своего психического состояния, что достигается различными способами – фармакологическими (прием веществ, воздействующих на психику) и нефармакологическими (сосредоточение на определенных предметах и активностях)...» (Ц.П.Короленко) – определение:

- А) аддиктивного поведения;
- Б) антисоциального поведения;
- В) делинквентного поведения.

22. Работоголизм (трудоголизм), как одна из самых распространённых нехимических аддикций, в силу своей социальной приемлемости и даже одобряемости, может ускорять развитие:

- А) психотических расстройств;
- Б) других, в том числе химических аддикций (алкогольной – прежде всего);
- В) онкологических заболеваний.

23. Какой из предлагаемых мотивов наиболее часто преобладает в формировании алкогольной зависимости при наличии перегрузок на работе:

- А) коммуникативный («за компанию»);
- Б) детензивный («снять напряжение»);
- В) атарактический («заглушить тревогу»).

24. Умение находить и поддерживать контакт с собеседником, умение слушать и слышать собеседника, установление и поддержание дистанции в общении – это:

- А) коммуникативные навыки;
- Б) конформизм;

В) психологическое манипулирование.

25. Обеспечение мер «эмоциональной гигиены», как важнейшая составляющая гигиены труда и отдыха, включает в себя:

А) отказ от наркотиков;

Б) правильное, сбалансированное питание;

В) своевременное отреагирование накопившихся сдерживаемых на работе эмоций, воспроизводство и пополнение положительных эмоций

26. Злоупотребление «бытовыми стимуляторами» - чаем, кофе, табаком и т.п., вследствие напряжённого рабочего ритма и профессиональных перегрузок – это:

А) нехимические аддикции;

Б) делинквентное поведение;

В) гемблинг.

27. Аддиктивное поведение (в любом проявлении):

А) в начале создает иллюзию решения проблем, спасение от стрессовых ситуаций, что потом оказывается ловушкой постоянного ухода от реальной действительности;

Б) осуждается обществом;

В) никак не связано с эмоциональным выгоранием.

28. На каком этапе формирования синдрома эмоционального выгорания наиболее вероятно развитие аддиктивного поведения в виде злоупотребления алкоголем:

А) на этапе «медового месяца в профессии», в начале карьеры;

Б) на этапе «нехватки энергии», спада энтузиазма и накопления разочарований в профессии;

В) на этапе полного выгорания, когда уже развились и психосоматические симптомы.

29. Рекомендуемые меры по профилактике синдрома эмоционального выгорания включают в себя:

А) участие в группах здоровья, обществах трезвости;

Б) участие в балинтовских группах, группах эмоционального отреагирования, тренинговых и психокоррекционных группах;

В) общественная работа и активное участие в жизни коллектива.

30. Метод групповой тренинго-исследовательской работы, где врач может прояснить свои чувства и отношение к пациенту и то, как он на самом деле воспринимает больного:

А) Балинтовская группа;

Б) поведенческий тренинг;

В) брейншторминг.

Список литературы

Основная литература:

1. Орел В.Е. Синдром психического выгорания. Мифы и реальность. / Харьков: изд. «Гуманитарный центр», 2014. – 296 с.
2. Оттен Х. Профессиональные отношения. Теория и практика балинтовской групповой работы. / Ереван: РАУ, 2016. – 116 с.
3. Юрьева Л.Н. Профессиональное выгорание у медицинских работников: формирование, профилактика, коррекция. / Киев: Сфера, 2004. – 271 с.

Дополнительная литература:

5. Безносков С.П. Профессиональная деформация личности. – СПб.: Речь, 2004. – 272 с.
6. Бодров В.А. Профессиональное утомление: Фундаментальные и прикладные проблемы. – М.: Изд. «Институт психологии РАН», 2009. – 560с.
10. Винокур В.А. Профессиональное выгорание и состояние здоровья медицинских работников. – СПб.: Изд. СПбМАПО, 2007. – 31 с.
11. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
12. Грабе М. Синдром выгорания – болезнь нашего времени. Почему люди выгорают и что можно против этого предпринять. – СПб.: Речь, 2008. – 96 с.
13. Загайнов Р.М. Проклятие профессии: бытие и сознание практического психолога. – М.: Смысл, 2001. – 571 с.
14. Зеер Э.Ф. Психология профессий. – М.: Академический проект; Фонд «Мир», 2006. – 336 с.
15. Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Э. Психология профессиональных деструкций. – М.: Академический проект, 2005. – 240 с.
16. Ильин Е.П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. – СПб.: Питер, 2011. – 224 с.
19. Картрайт С., Купер К.Л. Стресс на рабочем месте. – Х.: Гуманитарный Центр, 2004. – 234 с.
21. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации (справочник практического психолога). – М.: Эксмо, 2006. – 960 с. ((862-922))
25. Постнов В.В., Дереча В.А., Карпец В.В. Профилактика синдрома эмоционального сгорания у врачей психиатров-наркологов. Пособие для врачей – М., Оренбург. 2003.
26. Постнов В.В. Синдром эмоционального сгорания в наркологической клинике. Информационное методическое письмо. – Оренбург. 2003.
28. Психология экстремальных ситуаций; под общей ред. Ю.С.Шойгу. – М.: Смысл; Академия, 2009. – 320 с. ((239-313))
29. Пэйн Р., Купер К. Эмоции и работа. Теории, исследования и методы применения. – Х.: Изд.»Гуманитарный Центр», 2008. – 544 с.
33. Сопов В.Ф. Психические состояния в напряжённой профессиональной деятельности. – М.: Академический проект, 2005. – 128 с.
36. Чутко Л.С. Синдром менеджера. Эмоциональное выгорание и управление стрессом. – СПб.: Речь, 2010. – 96 с..

Заведующий кафедрой



Никифоров И.А.