

Департамент здравоохранения Тюменской области  
Государственное автономное учреждение Тюменской области  
«Медицинский информационно-аналитический центр»



«Утверждаю»

Директор ГАУ ТО «МИАЦ»

Попова Г.И.

2024г.

**ПРОГРАММА  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«Профессиональное выгорание медицинских работников.  
Профилактика и способы преодоления»**

**36 часов  
очно-заочная форма обучения**

**Тюмень – 2024**

# **СТРУКТУРА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К ПРОГРАММЕ**

- 1.1 Актуальность применения программы
- 1.2 Область применения программы

## **2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

- 2.1 Нормативные документы, являющиеся основой для образовательной программы
- 2.2 Категория слушателей
- 2.3 Цели реализации программы
- 2.4 Планируемые результаты обучения

## **3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

- 3.1 Учебный план
- 3.2 Календарный учебный график
- 3.3 Содержание модулей программы

## **4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

- 4.1 Преподавательский состав, осуществляющий обучение по программе
- 4.2 Материально-технические условия
- 4.3 Учебно-методическое и информационное обеспечение

## **5. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **ПРИЛОЖЕНИЕ 1. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1.1 Актуальность применения программы

Профессиональное выгорание персонала является все более актуальной проблемой в современной системе здравоохранения. Это особое состояние личности, возникающее при длительном воздействии стрессовых факторов в профессиональной деятельности. Представляет выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций (понижения их энергетики) в ответ на избранные психотравмирующие воздействия (В.В. Бойко, 2004). Профессиональное выгорание изучается более тридцати лет, но единого определения синдрома до сих пор не существует. Медицинские работники находятся в состоянии повышенного эмоционального напряжения, высокой загруженности в деятельности и ответственности за свои действия, в связи с чем являются группой риска в приобретении синдрома профессионального выгорания.

Профессиональная деятельность медицинских работников требует максимальной самоотдачи и самообладания, она является эмоционально насыщенной. Они сталкиваются с каждодневными проблемами пациентов, негативными эмоциями с их стороны, поэтому им приходится самостоятельно устанавливать некий защитный барьер от эмоционального перенапряжения. Но по природе своей человек не может не реагировать и оставаться безразличным на проявления различных видов чувств, поэтому сопереживает все это вместе с окружающими. Весь этот «груз» эмоций отражается, как ухудшением здоровья самого человека, так и снижением результативности труда. Развитие профессионального выгорания у медицинских работников может привести к негативным последствиям, как для самого медицинского работника, так и для пациентов, поскольку снижается качество не только профессиональных манипуляций, но и ухудшается психологический контакт с пациентом. Поэтому проблема профессионального выгорания связана, прежде всего, с



профессиональным благополучием субъектов труда, сохранением их личностного потенциала, «человеческого капитала».

В этой связи возрастает актуальность проблемы профилактики профессионального выгорания как совокупности способностей, знаний, умений и навыков, позволяющих медицинскому работнику управлять собственными эмоциями для восстановления затраченной физической и психической энергии в процессе рабочего дня, в том числе соблюдение баланса работы и отдыха. Владение и использование приёмов психической саморегуляции сохраняет психическую энергию и защищает от эмоционального истощения.

## **1.2 Область применения программы**

Программа дополнительного профессионального образования может быть использована для повышения квалификации сотрудников медицинских организаций различного профиля, а так же для подготовки медицинского персонала (врачи, средний медицинский персонал), прочего персонала (администраторы, медицинские регистраторы), имеющие непосредственный контакт с пациентами на различных этапах оказания медицинской помощи, в том числе, при проведении обследования, лечения и реабилитации.

## **2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

### **2.1 Нормативные документы, являющиеся основой для разработки образовательной программы**

Нормативно-правовую базу разработки образовательной программы составляет: Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказ Минобрнауки России от 01.07.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам», Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. №816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ», Письмо Министерства образования и науки РФ от 22 апреля 2015 г. N ВК-1032/06 «О направлении методических рекомендаций», Приказ 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» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 25.08.2010 N 18247).

### **2.2 Категория слушателей**

Категория слушателей: врачебный, средний медицинский персонал, прочий персонал (администраторы, медицинские регистраторы) организаций здравоохранения и другие специалисты, взаимодействующие с пациентами.

### **2.3 Цели реализации программы**

Целью программы является формирование у слушателей способов психической саморегуляции для восстановления затраченной физической и психической энергии в процессе рабочего дня, в том числе соблюдение баланса

работы и отдыха, а также повышение организационной и личной эффективности.

## **2.4 Планируемые результаты обучения**

В результате освоения программы слушатель получит:

### Умения:

- управлять собственными эмоциональными откликами на изменения;
- регулировать интенсивность эмоциональных реакций и направлять их на достижение актуальных целей;

### Знания:

- роли и значения профилактики профессионального выгорания в развитии личностного потенциала, «человеческого капитала»;
- специфики влияния высоко технологизированного стиля работы и жизни на эмоционально-волевую сферы;
- методов и инструментов управления эмоциями и чувствами для повышения личной и профессиональной эффективности;
- повышения корпоративной культуры и менеджмента, которые максимально обеспечивают физическую и психологическую безопасность рабочего места, включая физические, психические и морально-нравственные условия эффективной работы, высокую профессиональную мотивацию (вовлеченность).

### Владение навыками:

- идентификации актуальных эмоциональных состояний;
- психической саморегуляции и сохранения психической энергии, защиты от эмоционального истощения.



### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.1 Учебный план

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации " Профессиональное выгорание медицинских работников. Профилактика и способы преодоления ", 36 академических часов

№	Наименование модулей	Всего часов	Часы без ДОТ и ЭО	В том числе			Часы с ДОТ и ЭО	В том числе			Стажировка (если входит в модуль)	Обучающий симуционный курс (если входит в модуль)	Совершенствуемые (формируемые) ПК	Форма контроля			
				ЛЗ	СЗ	ПЗ		СР	ЛЗ	СЗ					ПЗ	СР	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
1	<b>Профессиональное выгорание медицинских работников</b>																
1.1	Основные понятия синдрома профессионального выгорания.	6	2	2				4	2		2						Текущий контроль
1.2	Факторы профессионального выгорания медицинских работников	4	2			2		2				2					Текущий контроль
1.3	Концептуальные модели выгорания	2						2				2					
2	<b>Профилактика и способы преодоления профессионального выгорания</b>																
2.1	Способы психической саморегуляции для восстановления затраченной физической и психической энергии в процессе рабочего дня, в том	6	2	2				4	2			2					Текущий контроль





### 3.2 Календарный учебный график

Учебные занятия проводятся в течение двух недель: пять дней в неделю по 3-4 академических часа в день.

### 3.3 Рабочие программы учебных модулей

#### Модуль 1 - «Профессиональное выгорание медицинских работников»

##### 1.1 Лекционные занятия

Наименование и содержание по темам	Количество часов
Основные понятия синдрома профессионального выгорания.	4
Всего часов:	4

##### 1.2 Практическая работа слушателя по модулю включает:

Наименование и содержание по темам	Количество часов	Методы организации учебного процесса
Основные понятия синдрома профессионального выгорания.	2	Интерактивное практическое занятие.
Факторы профессионального выгорания медицинских работников	2	Интерактивное практическое занятие. Анализ видеофрагмента
Всего часов:	4	

##### 1.3 Самостоятельная работа слушателя по теме включает:

Наименование темы	Количество часов	Методы организации учебного процесса
Факторы профессионального выгорания медицинских работников	2	Работа с теоретическим материалом
Концептуальные модели выгорания	2	Работа с теоретическим материалом
Всего часов:	4	

#### Модуль 2 - «Профилактика и способы преодоления профессионального выгорания»

##### 2.1 Лекционные занятия

Наименование и содержание по темам	Количество часов
Способы психической саморегуляции для восстановления затраченной физической и психической энергии в процессе рабочего дня, в том числе соблюдение баланса работы и отдыха.	4
Всего часов:	4

## 2.2 Практическая работа слушателя по модулю включает:

Наименование и содержание по темам	Количество часов	Методы организации учебного процесса
Приёмы психической саморегуляции по сохранению психической энергии и <b>защиты</b> от эмоционального истощения	4	Аналитические кейсы, тренинговые упражнения, тесты, работа в малых группах
Всего часов:	4	

## 2.3 Самостоятельная работа слушателя по модулю включает:

Наименование темы	Количество часов	Методы организации учебного процесса
Способы психической саморегуляции для восстановления затраченной физической и психической энергии в процессе рабочего дня, в том числе соблюдение баланса работы и отдыха.	2	Работа с теоретическим материалом
Приёмы защиты от эмоционального истощения	2	Работа с теоретическим материалом
Всего часов:	4	

## Модуль 3 - «Корпоративная культура в системе здравоохранения»

### 3.1 Лекционные занятия

Наименование и содержание по темам	Количество часов
Корпоративная и организационная культура	2
Всего часов:	2

### 3.2 Практическая работа слушателя по модулю включает:

Наименование и содержание по темам	Количество часов	Методы организации учебного процесса
Корпоративная культура в системе здравоохранения	4	Аналитические кейсы, ситуационные задачи
Всего часов:	4	

### 3.3 Самостоятельная работа слушателя по теме включает:

Наименование темы	Количество часов	Методы организации учебного процесса
Корпоративная культура в системе здравоохранения.	2	Работа теоретическим



		материалом
Корпоративная и организационная культура	2	Работа с теоретическим материалом
Всего часов:	4	

## 4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

### 4.1 Преподавательский состав, осуществляющий обучение по программе

Реализация Программы обеспечивается научно-педагогическими работниками ГАУ ТО «МИАЦ», учебно-методического сектора.

Доля научно-педагогических работников, имеющих образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, модуля, составляет 100%.

Доля работников из числа руководителей и работников организации, деятельность которых связана с направленностью реализуемой Программы (имеющих стаж работы в данной профессиональной области не менее 3 лет), в общем числе работников, реализующих Программу, составляет 100%.

### 4.2 Материально-технические условия

Персональный компьютер с компьютерной периферией (веб-камерой, микрофоном, аудиокolonками и (или) наушниками), многофункциональное устройство, мультимедийный проектор, экран, доска, флипчарт, программная оболочка СДО МИАЦ.

Электронные информационные ресурсы	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Платформа «MOODLE» - Электронный образовательный ресурс: <a href="http://miac-tmn.ru/">http://miac-tmn.ru/</a>	Лекционные занятия, презентационны й материал, СРС	Доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», персональные электронно-технические средства слушателя (компьютер и т.п.)

### 4.3 Учебно-методическое и информационное обеспечение

Учебно-методическое обеспечение реализуемой программы осуществляется через систему дистанционного обучения посредством размещения электронной версии документов и учебно-методических материалов и (или) ссылок для их скачивания, доступных слушателю. Для слушателей организовано хранение файлов мультимедиа/ презентационного



учебного материала, разбитого на отдельные блоки по направлениям дисциплин.

Информационные ресурсы: учебная программа, учебно-тематический план, учебно-методический комплекс (лекционные занятия в формате слайдов презентации, материалы для самостоятельного изучения) доступны на сайте ГАУ ТО «МИАЦ» и в системе дистанционного обучения «СДО МИАЦ».

#### 4.3.1 Литература

№	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы, кол стр..
	<b>Основная литература</b>
1	Гаспарович Е. О. Корпоративная культура и социальная ответственность: диагностика, планирование, развитие : учебно-методическое пособие : в 2 частях. Ч. 1. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Уральский федеральный университет. - Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2019. — 332 с.
2	Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб. 2005; 336с .
3	Жевелик О.Д., Дзюман Е.М., Михеева Г.Ф. Эмоциональное «выгорание» среди медицинских работников сферы психического здоровья. Здравоохранение Югры: опыт и инновации. 2017, №1
	<b>Дополнительная литература</b>
4	Дашкова Е.С. Особенности корпоративной культуры в организациях системы здравоохранения // Вестник ВГУ. Серия: Экономика и управление. 2014. №1.
5	Жданова А.В. Современные проблемы формирования и развития систем мотивации персонала организаций в сфере здравоохранения В сборнике: Актуальные проблемы науки и техники. Сборник научных статей по материалам XIII Международной научно-практической конференции. Уфа, 2023. С. 174-177.
6	Сурмач М.Ю., Хильмончик Н.Е. Развитие здравоохранения гродненской области с XII-го века по настоящее время как социально-историческая основа корпоративной культуры Журнал Гродненского государственного медицинского университета. 2020. Т. 18. № 4. С. 493-498.
7	Смирнова Ю.С., Евсейчик А.В. Ролевые конфликты как фактор профессионального выгорания женщин-медицинских работников // Психологическое благополучие современного человека. Материалы Международной заочной научно-практической конференции. Уральский государственный педагогический университет, Отв. ред. С. А. Водяха. 2018. С. 350-358.
8	Лебедев И.М., Моруз Л.В. Профессиональное выгорание работников медицинского учреждения: внешние и внутренние факторы

	// Психология профессиональной деятельности: проблемы, современное состояние и перспективы развития. Материалы V Всероссийской научно-практической конференции. Москва, 2023. С. 74-77.
9	Винокур В.А., Абриталин Е.Ю., Войтович Н.В. Обзор психологических факторов формирования синдрома профессионального выгорания у медицинских работников// Оренбургский медицинский вестник. 2023. Т. 11. № 1 (41). С. 6-11.
10	Столярчук Е. А., Водопьянова Н.Е., Исланова Ч.З. Психологические факторы баланса работы и личной жизни IT-специалистов. Профессиональное выгорание специалистов в сфере IT-разработки // Психология стресса и совладающего в эпоху неопределенности, С. 409 - 413 (2022).
11	Водопьянова Н. Е., Гофман О.О., Джумагулова А. Ф., Амирбаева А.Б. Мультифакторная детерминация синдрома выгорания и профессионального неблагополучия it- специалистов // Актуальные вопросы благополучия личности: психологический, социальный и профессиональный контексты, - (2022).

## **5. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **5.1 Форма(ы) промежуточной (при наличии) и итоговой аттестации**

Слушатель допускается к итоговой аттестации (ИА) после освоения разделов и тем в объеме, предусмотренном учебным планом.

Итоговая аттестация проводится в виде тестирования для проверки сформированности (совершенствования) профессиональных компетенций слушателей.

Лицам, не прошедшим итоговой аттестации или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть программы, выдается справка об обучении или о периоде обучения.

Лицам, успешно освоившим Программу и прошедшим ИА, выдаётся удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

### **5.2 Оценочные материалы**

Оценочные материалы представлены в виде тестов и ситуационных задач на электронном носителе, являющимся неотъемлемой частью Программы.