

300.242.2.4

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ЦЕНТР ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ СО СРЕДНИМ МЕДИЦИНСКИМ И ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИМ
ОБРАЗОВАНИЕМ»

Утверждаю
Директор ГБОУДПОРО «ЦПК»
Л. В. Димитрова
«15» января 2026 г.

Учебный план

Развитие психологической компетентности медицинских работников по профилактике синдрома выгорания и развития профессиональной стрессоустойчивости

(наименование программы)

| | |
|----------------------|--|
| Цель | повышение квалификации, очная форма обучения (НМО) |
| Категория слушателей | медицинские работники |
| Срок обучения | 36 часов |
| Режим занятий | по расписанию (час. в день) |

| № п/п | Наименование разделов, тем | Количество часов | | | | Форма контроля |
|----------|---|---------------------|----------|-------------------------------|-------|-------------------|
| | | Аудиторная нагрузка | | Самостоя тельная работа | Всего | |
| | | Теория | Практика | | | |
| 1. | История изучения стресса. Новые направления в изучении стресса. Теоретические подходы к проблеме профессионального стресса. | 1 | - | - | 1 | |
| 2. | Стрессы в профессиях «человек – человек». Виды стресса. Чем опасен стресс. | 1 | - | - | 1 | |
| 3. | Эмоциональный интеллект – профессионально значимая психологическая компетенция медицинского работника. | 2 | 2 | - | 4 | |
| 4. | Эмоции и стресс. Ресурсы преодоления стресса. Работа с сильными | 2 | 3 | - | 5 | |

| № п/п | Наименование разделов, тем | Количество часов | | | | Форма контроля |
|----------|--|---------------------|-----------|-------------------------------|-----------|-------------------|
| | | Аудиторная нагрузка | | Самостоят ельная работа | Всего | |
| | | Теория | Практика | | | |
| | эмоциями. Самозащита от негативных эмоций других. | | | | | |
| 5. | Синдром выгорания как результат развития стресса, место выгорания в МКБ-11, определение, симптомы, причины. | 2 | 3 | - | 5 | |
| 6. | Ресурсы преодоления стресса и выгорания. | 2 | 3 | - | 5 | |
| 7. | Приемы и методы саморегуляции с применением различных психологических методик при возникновении стрессовых ситуаций и наличии симптомов выгорания у медицинского работника. | 2 | 3 | - | 5 | |
| 8. | Развитие стрессоустойчивости – путь формирования гармоничной личности современной медицинской сестры. Рекомендации по поддержанию психического и физического здоровья медицинского работника как профессионала и как личности. | 3 | 4 | - | 7 | |
| | Итоговая аттестация | 3 | - | - | 3 | Экзамен |
| | ИТОГО: | 18 | 18 | - | 36 | |

Рассмотрено на заседании цикловой комиссии
«15» января 2026 г. Протокол №1

Согласовано с зам. директора по УМР
Теслицкая Е.В.