МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ АГРАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИЙ ФАКУЛЬТЕТ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ»

ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ	05 Соціальні та поведінкові науки
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ	053 «Психологія»
РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ	Перший (бакалаврський)
ФАКУЛЬТЕТ	Соціально-гуманітарний

Біла Церква-2025

Робоча програма з навчальної дисципліни «Психологія професійного вигорання» для здобувачів вищої освіти соціально-гуманітарного факультету за спеціальністю 053 «Психологія», перший рівень вищої освіти / укладач А. М. Шевченко. Біла Церква: БНАУ, 2025. 16 с.

Розробник: А. М. Шевченко, кандидат психологічних наук.

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри психології та здоров'я людини (протокол № 1 від 13.08.2025 р.)

В. о. завідувача кафедри психології
та здоров'я людини _____ Олена ХОМЧУК

Гарант ОП _____ Олена ХОМЧУК

Схвалено методичною радою соціально-гуманітарного факультету
(Протокол № 01 від 26.08.2025 р.)

Голова методичної ради, доцент _____ Інна КОВАЛЬЧУК

ЗМІСТ

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ……. 4
2. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ…… 4
3. КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ВІДПОВІДНО ДО СТАНДАРТУ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ С4 «ПСИХОЛОГІЯ»…… 5
4. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ…… .. 6
5. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ……. 7
6. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ……. 7
6.1. Лекції…… 7
6.2. Практичні заняття…… 9
6.3. Самостійна робота……... 9
7. МЕТОДИ НАВЧАННЯ…… 10
8. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ……... 11
9. ЗАСОБИ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ…… 12
10. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ…… 12
11. ПЕРЕЛІК НАОЧНО-ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ НАВЧАННЯ……. 14
12. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ…….. 15

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

За планом 2025-2026 навчального року на вивчення дисципліни «Психологія професійного вигорання» для денної та заочної форми навчання передбачено 90 академічних годин (3 кредити ECTS), у т.ч. аудиторних – 28 годин (лекції – 14, практичні заняття – 14), самостійна робота студентів – 62 години, з яких на підготовку і захист індивідуального науково-дослідницького завдання виділено 10 год.

Опис навчальної дисципліни за показниками та формами навчання наведено у таблиці:

<table>
<tr><td rowspan="2">Найменування показників</td><td rowspan="2">Шифр та найменування галузі знань, спеціальності, рівень вищої освіти</td><td>Характеристика навчальної дисципліни</td></tr>
<tr><td>денна форма навчання</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Кількість кредитів, відповідних ECTS – 3</td><td rowspan="2">Галузь знань
05 Соціальні та поведінкові науки</td><td>Вибіркова</td></tr>
<tr><td>Рік підготовки: 3-й</td></tr>
<tr><td>Змістових модулів – 3</td><td rowspan="4">Спеціальність
053 «Психологія»</td><td rowspan="2">Семестр: 5-й</td></tr>
<tr><td>Індивідуальне науково-дослідне завдання – проєкт за вибором здобувача вищої освіти</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Загальна кількість академічних годин – 90</td><td rowspan="2">Лекції: 14 год.</td></tr>
<tr><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">Тижневих годин для денної форми навчання:
аудиторних – 4
самостійної роботи здобувача – 4.</td><td rowspan="2">Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти</td><td>Практичні: 14 год.</td></tr>
<tr><td>Самостійна робота (у т.ч. на виконання ІНДЗ): 62 год.</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td>Підсумковий контроль: залік</td></tr>
</table>

Мета вивчення дисципліни: сформувати у здобувачів освіти цілісне уявлення про природу, механізми розвитку та прояви професійного вигорання, а також розвинути практичні навички виявлення, профілактики та подолання цього феномену у себе та інших з урахуванням психологічних, соціальних і організаційних чинників.

2. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Передбачено попереднє оволодіння знаннями та вміннями, здобуті під час вивчення загальної психології, психології особистості, психодіагностики, соціальної психології з курсом етнопсихології, основ психотерапії.

3. КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ВІДПОВІДНО ДО СТАНДАРТУ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ С4 «ПСИХОЛОГІЯ»

Загальні компетентності (ЗК)	ЗК 4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК 6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології. СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (зокрема, в контексті організації заходів раннього втручання). СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел. СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в т.ч. особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни). СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту. СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики. СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.
Програмні результати навчання (ПРН)	ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника. ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника. ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку. ПР18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров’я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

4. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«Психологія професійного вигорання»

Змістовий модуль 1. Вступ до психології професійного вигорання

Тема 1.1. Визначення та основні концепції професійного вигорання.
Тема 1.2. Розвиток теорії професійного вигорання.

Змістовий модуль 2. Психологічні та соціальні чинники професійного вигорання

Тема 2.1. Види синдрому вигорання. Професійне та емоційне вигорання працівників різних сфер професійної діяльності.
Тема 2.2. Індивідуальні фактори вигорання.
Тема 2.3. Соціальні чинники професійного вигорання.
Тема 2.4. Робоче середовище та професійне вигорання.
Тема 2.5. Професійний стрес як причина професійного вигорання.

Змістовий модуль 3. Психологічна діагностика, профілактика та корекція професійного вигорання

Тема 3.1. Психодіагностичні методи синдрому емоційного та професійного вигорання.
Тема 3.2. Управління професійним стресом та профілактика дистресу і вигорання.
Тема 3.3. Психогіієна, психопрофілактика, корекція синдрому емоційного та професійного вигорання.
Тема 3.4. Психологічна підтримка та супервізія як методи профілактики вигорання.

5. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин	у тому числі				
	усього	**л**	**п**	**лб.**	**інд.**	**СРС**
Змістовий модуль 1. **Вступ до психології професійного вигорання**						
Тема 1.1	8	2				6
Тема 1.2	8	2				6
Разом за змістовим модулем 1	**16**	4				12
Змістовий модуль 2. **Психологічні та соціальні чинники професійного вигорання**						
Тема 2.1.	7	2				5
Тема 2.2.	7	2				5
Тема 2.3.	9	2	2			5
Тема 2.4.	9	2	2			5
Тема 2.5.	8	–	2			6
Разом за змістовим модулем 2	**40**	8	6			26
Змістовий модуль 3. **Психологічна діагностика, профілактика та корекція професійного вигорання**						
Тема 3.1.	8	–	2			6
Тема 3.2.	8	–	2			6
Тема 3.3.	10	2	2			6
Тема 3.4.	8	–	2			6
Разом за змістовим модулем 3	**34**	2	8			24
Усього годин	**90**	**14**	**14**			**62**

Примітка: л – лекції, п – практичні заняття, ср – самостійна робота студентів, в т.ч. індивідуальні завдання.

6. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

6.1. Лекції

Тема і зміст лекції	**К-ть годин**
Змістовий модуль 1. **Вступ до психології професійного вигорання**	
Тема 1.1. Визначення та основні концепції професійного вигорання. Актуальність проблеми професійного вигорання в сучасному суспільстві. Поняття «професійне вигорання». Перші наукові визначення (Г. Фрейденбергер, 1974). Сучасні трактування (К. Маслач, С. Джексон, ВООЗ, DSM-5, МКХ-11). Основні компоненти вигорання. Основні концептуальні підходи до вивчення вигорання: психологічний, соціально-психологічний, організаційний, біопсихосоціальний підхід.	**2**
Тема 1.2. Розвиток теорії професійного вигорання. Історичні витоки вивчення вигорання: роботи Г. Фрейденбергера (1970-ті роки). Перші спроби опису симптомів у медиків і соціальних працівників. Класичні моделі професійного вигорання: трикомпонентна модель К. Маслач та С. Джексон; когнітивно-емоційна модель А. Пайнс; модель ресурсів-вимог (JD-R, Д. Демеруті, А. Баккер). Розвиток досліджень у 1990–2000-х роках: мультидисциплінарний підхід. Сучасні теоретичні напрями: біопсихосоціальна модель вигорання; підхід позитивної психології (професійне вигорання vs. професійне благополуччя); концепції резилієнтності та професійного відновлення. Проблеми та перспективи подальших досліджень професійного вигорання.	**2**
Разом за змістовий модуль 1	**4**

Змістовий модуль 2. **Психологічні та соціальні чинники професійного вигорання**	
Тема 2.1. Види синдрому вигорання. Професійне та емоційне вигорання працівників різних сфер професійної діяльності. Класифікація видів синдрому вигорання. Професійне вигорання як результат хронічного стресу на роботі. Емоційне вигорання: особливості, відмінності від професійного вигорання. Вигорання в різних професійних сферах: медицина, педагогіка, соціальна робота, правоохоронні органи, ІТ-сфера. Специфіка симптомів та проявів залежно від професії.	**2**
Тема 2.2. Індивідуальні фактори вигорання. Психологічні особливості особистості як чинники вигорання. Роль темпераменту та характеру у схильності до вигорання. Вплив рівня емоційного інтелекту та стресостійкості. Поведінкові стратегії та копінг-механізми. Залежність вигорання від рівня професійної мотивації та ціннісних орієнтацій. Гендерні та вікові особливості професійного вигорання.	**2**
Тема 2.3. Соціальні чинники професійного вигорання. Соціальні умови та їхній вплив на розвиток вигорання. Міжособистісні відносини в колективі як фактор ризику або захисту. Роль сім'ї та найближчого соціального оточення. Соціальна підтримка: позитивний та негативний вплив. Культурні та суспільні особливості переживання вигорання. Соціальні очікування та тиск як фактори вигорання.	**2**
Тема 2.4. Робоче середовище та професійне вигорання. Організаційні чинники вигорання: перевантаження, монотонність, конфлікти ролей. Особливості управління персоналом та їхній вплив на рівень вигорання. Баланс між роботою та особистим життям. Умови праці: фізичне та психологічне середовище. Моделі взаємодії «людина – організація». Робоче середовище як фактор ризику та як ресурс профілактики вигорання.	**2**
Разом за змістовий модуль 2	**8**
Змістовий модуль 3. **Психологічна діагностика, профілактика та корекція професійного вигорання**	
Тема 3.3. Психогіієна, психопрофілактика, корекція синдрому емоційного та професійного вигорання. Поняття психогігієни та її роль у збереженні психологічного здоров'я. Основні принципи психопрофілактики вигорання. Рівні психопрофілактики: первинна, вторинна, третинна. Методи індивідуальної профілактики: розвиток емоційної компетентності, тайм-менеджмент, техніки релаксації, підвищення стресостійкості. Організаційні заходи профілактики вигорання: формування здорового робочого середовища, корпоративна культура підтримки, супервізія, коучинг, програми добробуту. Методи психологічної корекції: когнітивно-поведінкові підходи, арт-терапія, групові тренінги, психотерапевтична підтримка. Роль позитивної психології та розвитку резилієнтності у подоланні вигорання. Міждисциплінарний підхід до профілактики: поєднання психологічних, соціальних та медичних заходів.	**2**
Разом за змістовий модуль 3	**2**
Всього	**14**

6.2. Практичні заняття

Тема практичного заняття	К-ть годин
Змістовий модуль 1. Психологічні та соціальні чинники професійного вигорання	
Тема 2.3. Соціальні чинники професійного вигорання.	2
Тема 2.4. Робоче середовище та професійне вигорання.	2
Тема 2.5. Професійний стрес як причина професійного вигорання.	2
Разом за змістовий модуль 1	**6**
Змістовий модуль 2. Психологічна діагностика, профілактика та корекція професійного вигорання	
Тема 3.1. Психодіагностичні методи синдрому емоційного та професійного вигорання.	2
Тема 3.2. Управління професійним стресом та профілактика дистресу і вигорання.	2
Тема 3.3. Психогіієна, психопрофілактика, корекція синдрому емоційного та професійного вигорання.	2
Тема 3.4. Психологічна підтримка та супервізія як методи профілактики вигорання.	2
Разом за змістовий модуль 2	**8**
Всього	**14**

6.3. Самостійна робота

Якість засвоєння студентами знань із «Психологія професійного вигорання» пов’язана з рівнем їхньої навчальної самостійності та активності у процесі пізнання. У сучасних умовах підготовки майбутніх фахівців психології особливий акцент робиться на розвитку здатності до самостійної аналітичної, дослідницької та практико-орієнтованої роботи.

Самостійна робота передбачає різноманітні види індивідуальної та колективної діяльності студентів, які здійснюються у фасилітаційному супроводі викладача, тобто без його безпосередньої участі в позааудиторний час. Самостійна робота виконується за завданнями, виконання яких потребує творчого підходу та вміння самостійно отримувати знання.

Види самостійної роботи:

– самостійна робота в аудиторії під керівництвом викладача у вигляді запланованих консультацій;

– самостійна позааудиторна робота студентів над виконанням завдань у робочому зошиті;

– самостійний пошук і аналіз додаткової інформації за темами, які передбачені програмою;

– підготовка до практичних занять і поточного контролю;

– підготовка доповіді на одну з вивчених тем.

Зміст	К-ть годин
Аналіз та узагальнення студентом прочитаного на лекціях навчального матеріалу, підготовка до практичних занять.	**17**

Індивідуальне завдання: «Критичний огляд сучасних досліджень професійного вигорання»	**30**
Дослідницько-тренінгове завдання: розробіть або адаптуйте 2-3 тренінгові вправи для запобігання професійному вигоранню, обґрунтуйте їх ефективність на основі літературних джерел і надайте рекомендації щодо практичного використання.	**15**
Всього	**62**

Примітка: У розрахунку годин на виконання самостійної роботи передбачено час на виконання ІНДЗ.

Вимоги до підготовки творчого індивідуального завдання

Тема: «Критичний огляд сучасних досліджень професійного вигорання»

Завдання:

1. Обрати одну наукову статтю (за останні 5 років) з міжнародних або українських видань, що стосується проблеми професійного вигорання.

2. Скласти рецензію (2–3 сторінки), у якій:

- коротко описати мету та предмет дослідження;
- визначити, які методи були використані (опитування, експеримент, аналіз випадків тощо);
- підсумувати основні результати;
- проаналізувати, наскільки ці результати узгоджуються з класичними теоріями (Маслач, Джексон, JD-R тощо).

3. Додати власну оцінку:

- чи є стаття науково обґрунтованою та практично корисною;
- які питання залишилися не дослідженими;
- як результати можна використати у практиці організаційного психолога.

Форма представлення: письмова рецензія + коротка презентація (4-6 слайдів) для обговорення.

7. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Під час проведення лекційного курсу застосовується поєднання традиційного викладу матеріалу з активними та інтерактивними мето-дами навчання. Зокрема, використовуються мультимедійні презентації, підготовлені у програмі Microsoft PowerPoint, ілюстративні та роздаткові матеріали, тематичні відеофрагменти, а також організовуються обговорення актуальних і проблемних питань у форматі дискусій. До сучасних методів належить використання онлайн-платформ та мобільних застосунків для інтерактивної роботи: Mentimeter, Padlet, Google Forms, а також комунікаційних інструментів Zoom, Google Meet, Viber, Telegram та WhatsApp. Такий підхід сприяє кращому сприйняттю теоретичного матеріалу, розвитку критичного мислення, цифрових компетентностей та здатності до дистанційної взаємодії.

Практичні заняття проводяться із залученням сучасних активних методів

навчання, зокрема кейс-методів (аналізу реальних і змодельованих управлінських ситуацій), мозкових штурмів, рольових ігор, групових обговорень та виконання різноманітних практичних завдань як індивідуально, так і у малих групах або підгрупах. Використання цифрових та онлайн-засобів дозволяє студентам моделювати управлінські та психологічні процеси, співпрацювати дистанційно, відпрацьовувати отримані знання на практиці, формувати професійні навички та вдосконалювати комунікативні компетентності.

При виконанні індивідуальних навчально-дослідних завдань (написанні есе, підготовці аналітичних доповідей, презентацій тощо), а також під час виконання самостійної роботи студенти активно використовують дослідницькі методи навчання. Особлива увага приділяється дотриманню принципів академічної доброчесності: всі роботи мають бути виконані самостійно, з обов'язковим посиланням на джерела інформації та уникненням плагіату.

Неформальна освіта:

1. Онлайн-курс «Управління командою в українському контексті» https://surl.li/ppmnuf
2. «Точка турботи»: онлайн-курс про психологічну допомогу командам та бізнесам https://surl.lu/lghmld
3. Онлайн-курс «Розвиток лідерських компетентностей» https://surl.li/flayln
4. Онлайн-курс «Поза конфліктом» https://surl.li/kmqvce
7. Онлайн-курс «Лідерство» https://surl.li/krphho
8. Онлайн-курс «Лідерство у команді: становлення лідера» https://surli.cc/wwcfwd

Платформи для самостійного навчання:

EdEra – українська онлайн-платформа з інтерактивними курсами, включаючи теми з психології та управління https://ed-era.com/en

Prometheus – платформа з відкритими онлайн-курсами, серед яких є курси з психології та управління https://prometheus.org.ua/

8. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Поточний контроль з навчальної дисципліни включає *поточне, тематичне оцінювання* (з тем, визначених для аудиторного обговорення і самостійного опрацювання) та модульний контроль.

Тематичне оцінювання аудиторної та самостійної роботи студентів здійснюється на основі отриманих ними поточних оцінок за усні та письмові відповіді з предмету, самостійні, практичні та контрольні роботи. Поточний контроль за виконанням ІНДЗ здійснюється відповідно до графіку виконання завдання.

Поточний і тематичний контроль також передбачає оцінювання:

- участі в дискусії під час лекційних занять;
- підготовки виступу на практичних заняттях із презентацією (чи без);
- участі у різних інтеракціях під час практичних занять;
- підготовки індивідуальних завдань тощо.

Модульний контроль проводиться у тестовій комбінованій формі (комп'ютерне чи на паперових носіях) та виконання проєктного/творчого завдання (усно/письмово). Кількість отриманих балів з кожного виду навчальних робіт за різними формами поточного контролю виставляється студентам в електронний

журнал після кожного контрольного заходу.

Підсумковий контроль навчальної діяльності студентів здійснюється у формі заліку за результатами поточного контролю (тематичного оцінювання, виконання ІНДЗ та модульного контролю) і не передбачає обов'язкової присутності студентів. Результати заліку оприлюднюються в електронному журналі академічної групи до початку екзаменаційної сесії.

9. ЗАСОБИ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Оцінювання лекційних занять не передбачено. На лекційних заняттях ведеться облік присутності здобувачів для контролю відвідуваності занять.

Бали на практичному занятті здобувачі вищої освіти отримують за виконані практичні завдання, опрацювання джерел, командні проєкти, презентації, активність під час дискусій і виконання практичних завдань.

Бали за самостійну роботу враховують: виконання дослідницьких і творчих завдань індивідуально й колективно, результативну практичну роботу в групі, опрацювання навчально-методичних і довідкових джерел, презентації, активність самостійної пошукової роботи.

Під час модульного контролю передбачені комплексні засоби оцінювання (усно й письмово, під час виконання тестових завдань, дослідницьких і творчих, захисту проєктів тощо), у тому числі комп'ютерно орієнтовані.

10. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Порядок контролю і оцінювання успішності здобувачів вищої освіти, що унормовує організацію оцінювання знань, умінь та навичок під час проведення усіх форм контролю знань, умінь та навичок здобувачів освіти, регламентуються «Положенням про оцінювання результатів навчання в Білоцерківському національному аграрному університеті».

Оцінювання здобувачів освіти здійснюється за результатами поточного (практичні заняття, самостійна робота) та рубіжного (модульного) контролів за десятибальною шкалою – «1», «2», «3», «4» … «10».

1 бал оцінювання (з заокругленням до цілого числа) відповідає 10 % правильних тверджень у разі усної відповіді, відповідей у тесті, виконаних завдань тощо.

Бали з модульного контролю нараховуються за виконання модульної контрольної роботи.

Відсутність студента на занятті («нб») у розрахунку середнього арифметичного значення (САЗ) приймається як «0».

У кінці семестру обчислюється САЗ всіх отриманих здобувачем вищої освіти оцінок з наступним переведенням його у бали за формулою:

$$БПК = САЗ \times k,$$

де БПК – бали з поточного контролю;

САЗ – середнє арифметичне значення усіх отриманих студентом оцінок:

k – коєфіцієнт для певного виду контролю (практичні заняття, самостійна робота – «3», модульний контроль – «1» для форми підсумкового

контролю «екзамен» та «4» для форми підсумкового контролю «залік»).

Результати поточного оцінювання здобувача (за 10-бальною шкалою) виставляються в електронний журнал АСУ БНАУ і автоматично переводяться у 100-бальну шкалу відповідно до розподілу балів за окремі види робіт.

Розподіл балів, що присвоюється здобувачам вищої освіти

Максимально можлива к-ть балів, якщо форма підсумкового контролю	Практичні заняття	Самостій-на робота	Модульний контроль	Залік	Загальний бал
Залік	30	10	30	30	100

Шкала оцінювання успішності здобувачів вищої освіти

За 100-бальною шкалою	За шкалою ECTS	За національною шкалою	
		іспит	залік
90–100	A	Відмінно	Зараховано
82–89	B	Добре	
75–81	C		
64–74	D	Задовільно	
60–63	E		
35–59	FX	Незадовільно (незараховано) з можливістю повторного складання	
1–34	F	Незадовільно (незараховано) з обов’язковим повторним вивченням	

Критерії оцінювання результатів навчання

Бали	Критерії оцінювання
Відмінно A 90-100	Студент (ка) демонструє високий рівень сформованості компетентності, володіє глибокими знаннями з дисципліни та аргументовано використовує їх у нестандартних ситуаціях, вільно володіє науковими термінами, вміє знаходити джерела інформації, аналізувати їх і застосовувати у практичній діяльності або у науково-дослідній роботі, здатний за допомогою викладача підготувати виступ для студентської наукової конференції, вміє самостійно здобувати знання та опрацьовувати необхідну інформацію, аналізувати і оцінювати явища, факти і події, робити самостійні висновки, переконливо аргументувати свої твердження.
Добре B 82-89	Студент (ка) демонструє достатній рівень сформованості компетентності, володіє глибокими та міцними знаннями, здатний використовувати їх у нестандартних умовах, може робити аргументовані висновки, практично оцінювати нові факти, явища, процеси; вирішує творчі завдання, вільно розв’язує вправи та задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє є допущені помилки, кількість яких незначна; у навчанні користується додатковими джерелами інформації. Відповідь студента повна, логічна й обґрунтована, але з певною кількістю помилок.
Добре C 75-81	Студент (ка) демонструє достатній рівень сформованості компетентності, володіє достатньо повними знаннями, вільно застосовує знання у стандартних

	умовах, розуміє основоположні теорії та факти, логічно висвітлює причинно-наслідкові зв'язки між ними; вміє аналізувати, робити висновки, підготувати есе, усну доповідь, бере участь у підготовці проекту, і може захищати свою думку, контролювати власну діяльність, виправляти помилки. Проте студент не досить впевнено вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію, добирати аргументи для підтвердження думок, допускає певну частину незначних помилок.
Задовільно D 67-74	Студент (ка) демонструє середній рівень сформованості компетентності, розуміє суть основних ключових теоретичних понять, основні положення навчального матеріалу, може поверхово проаналізувати події, ситуації, робити певні висновки, виправляти помилки. При цьому здобувач вищої освіти не виявляє вміння аналізувати і оцінювати явища, факти та недостатньо обґрунтовує твердження та висновки, недостатньо певно орієнтується у навчальному матеріалі.
Задовільно 60-66 E	Студент (ка) демонструє задовільний рівень сформованості компетентності, володіє мінімальним обсягом навчального матеріалу, значну частину якого відтворює на репродуктивному рівні. Виконані ним завдання відповідають мінімальним вимогам до рівня володіння матеріалом.
Незадовільно 35-59 FX	Студент (ка) демонструє низький рівень сформованості компетентності, володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу. При цьому здобувач вищої освіти демонструє невміння аналізувати явища, факти, події, робити самостійні висновки та їх обґрунтувати, що свідчить про те, що студент не досяг програмних результатів навчання. Рекомендовано доопрацювання матеріалу з можливістю повторного перескладання.
Незадовільно 1-34 F	Студент (ка) володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнавання та відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів, не виявляє знань основних положень навчального матеріалу. Обов'язковим є повторний курс.

11. ПЕРЕЛІК НАОЧНО-ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ НАВЧАННЯ

У процесі вивчення дисципліни активно застосовується широкий спектр інформаційних ресурсів та навчальних матеріалів. До них належать дидактичні та програмні матеріали, електронні ресурси мережі Інтернет, бібліографічні та бібліотечні джерела. Особлива увага приділяється використанню:

- інтернет-ресурсів та наукових електронних баз даних;
- періодичних видань у сфері психології та управління;
- наукових праць професорсько-викладацького складу закладу освіти;
- тез і матеріалів наукових конференцій, семінарів та вебінарів.

Для підвищення наочності та активної взаємодії використовуються різноманітні засоби:

1. Мультимедійні презентації – створені у Microsoft PowerPoint, Canva та інших програмних засобах, що допомагають структуровано подавати інформацію.
2. Відеоматеріали – навчальні відео з YouTube, публічні лекції та записи наукових семінарів, що дозволяють наочно демонструвати приклади управлінських ситуацій.
3. Роздаткові матеріали – таблиці, схеми, інфографіка та інші наочні матеріали для кращого засвоєння навчального контенту.
4. Засоби зворотного зв'язку та інтерактивної взаємодії – цифрові

платформи Padlet, Mentimeter, що забезпечують обговорення, голосування та обмін думками під час заняття.

5. Інструменти дистанційного навчання – платформи для відеоконференцій Zoom, Google Meet, а також освітні платформи BNAU MOODLE та Google Classroom, що дозволяють ефективно проводити лекції, практичні та семінарські заняття у віддаленому форматі.

Застосування цих ресурсів сприяє комплексному засвоєнню теоретичних знань та розвитку практичних навичок студентів, забезпечує динамічну взаємодію між викладачем і студентами та формує компетентності, необхідні для майбутньої професійної діяльності.

Необхідне матеріально-технічне забезпечення:

1. Для аудиторного навчання:

– аудиторна дошка для записів та демонстрації матеріалів;

– мебльоване навчальне приміщення, облаштоване для комфортної роботи студентів та викладача;

– комп'ютерне обладнання: персональний комп'ютер або ноутбук з підключенням до мультимедійного проєктора для демонстрації презентацій та відеоматеріалів;

– доступ до бездротової мережі Wi-Fi для використання онлайн-ресурсів та інтерактивних платформ.

2. Для дистанційного навчання:

– стабільне підключення до мережі Інтернет;

– електронні пристрої (ПК, ноутбуки, планшети, смартфони) для участі у відеоконференціях, перегляду навчальних матеріалів та виконання завдань;

– використання персональних пристроїв студентів для доступу до освітніх платформ, інтерактивних ресурсів та онлайн-інструментів комунікації.

12. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основні джерела інформації

1. Біскуп В. С., Гірняк І. В. Психологія професійної діяльності: сучасні технології супроводу штатних працівників : підручник. Вінни-ця: ВТЕІ КНТЕУ, 2022. 312 с.

2. Карамушка Л. М., Гнускіна Г. В. Психологія професійного вигорання підприємців : монографія. Київ : Логос, 2018. 198 с.

3. Мороз Р. А. Професійне вигорання та технології відновлення психоемоційного стану практичних психологів у постковідний період під час воєнних дій в Україні // Перспективи сучасної науки: теорія і практика. 2024. С. 334–340.

4. Олійник М. Когнітивно-поведінкова модель допомоги при емоційному вигоранні : навч. посіб. Київ : Український інститут когнітивно-поведінкової терапії, 2021. 56 с.

5. Олійник М. Когнітивно-поведінкова модель допомоги при емоційному вигоранні : навч. посіб. Київ : Український інститут когнітивно-поведінкової

терапії, 2021. 56 с.

6. Пахомов І. В. Профілактика професійного та емоційного вигорання педагогічних працівників закладів ПТО : навч.-метод. посіб. Біла Церква : БІНПО УМО НАПН України, 2024. 114 с.

7. Якимчук О. Психологічні особливості професійного вигорання особистості: навчально-теоретичний посібник. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2021. 48 с.

Додаткові джерела інформації

1. Карамушка Л. М. , Бондарчук О. І. , Грубі Т. В. Психологічні чинники професійного вигорання працівників державної фіскальної служби України : монографія. К. - Кам'янець-Подільський : Медобори-2006, 2015. 254 с.

2. Професійне вигоряння працівників освіти : монографія / М.С. Корольчук, В.М. Корольчук, Л.І. Березовська. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2017. 304 с.

3. Психологічні чинники запобігання синдрому емоційного вигорання у майбутніх практичних психологів : монографія / М.С. Міщенко. Умань : ВПЦ «Візаві», 2016. 236 с.

4. Психологія професійного вигорання військовослужбовців: монографія / Олег Михайлович Хайрулін; за наук. ред. А.В. Фурмана. Тернопіль: ТНЕУ, 2015. 220 с.

5. Психологія професійного вигорання підприємців : монографія / Л. М. Карамушка, Г. В. Гнускіна. Київ : Логос, 2018. 198 с.

6. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / за наук. ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової. 2-е вид. перероб. та доповн. К.: Міленіум, 2006. 368 с.

Електронні інформаційні ресурси (за URL)

1. nplu.kiev.ua – Національна парламентська бібліотека України
2. nbuv.gov.ua – Національна бібліотека України імені В.І.Вернадського
3. ukrlibworld.kiev.ua/med – Державна науково-медична бібліотека України
4. gntb.n-t.org – Державна науково-технічна бібліотека України
5. lucl.lucl.kiev.ua – Публічна бібліотека імені Лесі Українки (Київ)
6. ukrbook.net – Книжкова палата України