

Утверждено
Генеральный директор
ООО «Столичный центр образовательных технологий»



Д.С. Курильчик

Курс повышения квалификации «Профилактика и преодоление эмоционального выгорания у педагогов»

Учебный план курса на 36 часов

Название модуля	Всего часов	Лекции	Самостоятельная работа	Практическая работа	Контроль
Модуль 1. Понятие эмоционального выгорания	6 ч.	2 ч.	1 ч.	1 ч.	2 ч. Тест
Модуль 2. Способы преодоления эмоционального выгорания через ресурсы и саморегуляции	6 ч.	2 ч.	1 ч.	1 ч.	2 ч. Тест
Модуль 3. Психосоматические проявления эмоционального выгорания. Телесные практики	6 ч.	2 ч.	1 ч.	1 ч.	2 ч. Тест
Модуль 4. Технологии профилактики эмоционального выгорания специалистов образования	7 ч.	2 ч.	2 ч.	1 ч.	2 ч. Тест
Модуль 5. Инструменты осознанности для преодоления проблем эмоционального выгорания	7 ч.	2 ч.	2 ч.	1 ч.	2 ч. Тест
Итоговый контроль	4 ч.	0 ч.	0 ч.	0 ч.	4 ч. Тест
Итого часов	36 ч.	10 ч.	7 ч.	5 ч.	14 ч.