

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФАКУЛЬТЕТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ  
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ**

ПРИНЯТО  
на заседании ученого совета  
ФГБОУ ВО РостГМУ  
Минздрава России  
Протокол № 4

«09» 04 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом ректора  
«15» 04 2024 г.  
№ 195

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ВРАЧЕЙ**

**«Профилактика стресса и выгорания на рабочем месте»**

**по основной специальности: профпатология**

**по смежным специальностям: неврология, психиатрия, терапия**

**Форма освоения: очная**

**Документ о квалификации: удостоверение о повышении квалификации**

**Ростов-на-Дону, 2024**

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Профилактика стресса и выгорания на рабочем месте» на рабочем месте» обсуждена и одобрена на заседании кафедры профпатологии и пульмонологии факультета повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России.

Заведующий кафедрой Горблянский Ю.Ю.

Программа рекомендована к утверждению рецензентами:

1. Стрижаков Л.А., доктор медицинских наук, заместитель директора ФГБНУ «научно-исследовательский институт медицины труда имени академика Н.Ф.Измерова», руководитель Центра профпатологии ФГАОУ ВО «Первый Московский государственный Медицинский университет имени И.М. Сеченова» Министерства Здравоохранения Российской Федерации

2. Бабанов С.А., доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой профессиональных болезней и клинической фармакологии имени заслуженного деятеля науки РФ, профессора Косарева Владислава Васильевича ФГБОУ ВО «Самарский государственный медицинский университет» Минздрава России, главный внештатный специалист по профпатологии Самарской области

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Профилактика стресса и выгорания на рабочем месте» разработана рабочей группой сотрудников кафедры профпатологии и пульмонологии ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России, заведующий кафедрой Горблянский Ю.Ю.

Состав рабочей группы:

<b>№ №</b>	<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Учёная степень, звание</b>	<b>Занимаемая должность</b>	<b>Место работы</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1.	Горблянский Юрий Юрьевич	д.м.н., профессор	Заведующий. кафедрой профпатологии и пульмонологии ФПК и ППС	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России
2.	Конторович Елена Павловна	к.м.н., доцент	Доцент кафедры профпатологии и пульмонологии; врач-невролог ГБУ РО «Городская больница №7» в г. Ростове-на-Дону	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России
3.	Понамарева Оксана Петровна	к.м.н., доцент	Доцент кафедры профпатологии и пульмонологии; зав. отделением медицинских осмотров МСЧ ПАО «Роствертол» им. Б.Н. Слюсаря	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России

## Глоссарий

ДПО - дополнительное профессиональное образование;

ФГОС - Федеральный государственный образовательный стандарт

ПС - профессиональный стандарт

ОТФ - обобщенная трудовая функция

ТФ - трудовая функция

ПК - профессиональная компетенция

ЛЗ - лекционные занятия

СЗ - семинарские занятия;

ПЗ - практические занятия;

СР - самостоятельная работа;

ДОТ - дистанционные образовательные технологии;

ЭО - электронное обучение;

ПА - промежуточная аттестация;

ИА - итоговая аттестация;

УП - учебный план;

АС ДПО - автоматизированная система дополнительного профессионального образования.

## **КОМПОНЕНТЫ ПРОГРАММЫ.**

### **1. Общая характеристика Программы.**

- 1.1. Нормативно-правовая основа разработки программы.
- 1.2. Категории обучающихся.
- 1.3. Цель реализации программы.
- 1.4. Планируемые результаты обучения.

### **2. Содержание Программы.**

- 2.1. Учебный план.
- 2.2. Календарный учебный график.
- 2.3. Рабочие программы модулей.
- 2.4. Оценка качества освоения программы.
  - 2.4.1. Формы промежуточной (при наличии) и итоговой аттестации.
  - 2.4.2. Шкала и порядок оценки степени освоения обучающимися учебного материала Программы.
- 2.5. Оценочные материалы.

### **3. Организационно-педагогические условия Программы.**

- 3.1. Материально-технические условия.
- 3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение.
- 3.3. Кадровые условия.

## **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.**

### **1.1. Нормативно-правовая основа разработки Программы.**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статья 76.
- Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 23 июля 2010 г. №541н «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих. Раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения» (в ред. Приказа Минтруда РФ от 09.04.2018 №214н)
- Приказ Минтруда и соцзащиты РФ от 22 ноября 2022 г. N732н «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-профпатолог» (зарегистрировано в Минюсте России 22 декабря 2022 № 71781)
- Приказ Минтруда России от 29 января 2019 №51н «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-невролог» (зарегистрировано в Минюсте России 26.02.2019 №53898)
- Приказ Минтруда России от 21.03.2017 N293н «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-лечебник (врач-терапевт участковый)» (зарегистрировано в Минюсте России 06.04.2017 N 46293)
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «9 января» 2023 N 14 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - подготовка кадров высшей квалификации по программам ординатуры по специальности 31.08.44 «Профпатология" (зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 13 февраля 2023, регистрационный №72332)
- Приказ Минобрнауки России от 02.02.2022 N 103 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – подготовка кадров высшей квалификации по программам ординатуры по специальности 31.08.42 Неврология (зарегистрировано в Минюсте России 11 марта 2022 N 67707)

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от «25» августа 2014 г. N 1062 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 31.08.20 Психиатрия (уровень подготовки кадров высшей квалификации)" (Зарегистрировано в Минюсте России 28.10.2014 N 34491)

- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 09.01.2023г. N 15 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – подготовка кадров высшей квалификации по программам ординатуры по специальности 31.08.49 Терапия (зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 13 февраля 2023 г., регистрационный N 723333)

– Лицензия Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки на осуществление образовательной деятельности ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России от 22 июня 2017 г. № 2604.

## **1.2. Категории обучающихся.**

Основная специальность – профпатология  
Смежные специальности – неврология, психиатрия, терапия

## **1.3. Цель реализации программы**

Совершенствование профессиональных компетенций в вопросах сохранения психического здоровья работников и оценки факторов риска развития производственно обусловленного заболевания (выгорания), востребованных при выполнении профессиональной деятельности.

Вид профессиональной деятельности: врачебная практика в области профессиональной патологии, неврологии, психиатрии, лечебного дела.

Уровень квалификации: 8,7

Связь Программы с профессиональным стандартом и ЕКС представлена в таблице 1.

**Таблица 1**

**Связь Программы с профессиональным стандартом и ЕКС**

<b>Профессиональный стандарт 1: врач-профпатолог</b> Приказ Минтруда и соцзащиты РФ от 22 ноября 2022 г. N732н «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-профпатолог» (зарегистрировано в Минюсте России 22 декабря 2022 № 71781).		
<b>ОТФ</b>	<b>Трудовые функции</b>	
	<b>Код ТФ</b>	<b>Наименование ТФ</b>
А. Оказание медицинской помощи в области профессиональной патологии	A/01.8	Диагностика и раннее выявление профессиональных заболеваний и заболеваний (отравлений), связанных с условиями труда, установление связи заболевания с профессией
	A/03.8	Проведение обязательных (предварительных, периодических, внеочередных) медицинских осмотров
	A/04.8	Проведение экспертизы профессиональной пригодности и экспертизы связи заболевания с профессией
	A/05.8	Проведение и контроль эффективности мероприятий по профилактике возникновения профессиональных заболеваний и заболеваний (отравлений), связанных с условиями труда, формированию здорового образа жизни, санитарно-гигиеническому просвещению
<b>Профессиональный стандарт 2: врач-лечебник (врач-терапевт участковый)</b> Приказ Минтруда России от 21.03.2017 N293н «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-лечебник (врач-терапевт участковый)» (зарегистрировано в Минюсте России 06.04.2017 N 46293)		
А. Оказание первичной медико-санитарной помощи взрослому населению в амбулаторных условиях, не предусматривающих круглосуточного медицинского наблюдения и лечения, в том числе на дому при вызове медицинского работника	A/02.7	Проведение обследования пациента с целью установления диагноза
	A/05.7	Проведение и контроль эффективности мероприятий по профилактике и формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения



**Профессиональный стандарт 3: врач-невролог** Приказ Минтруда России от 29 января 2019 №51н «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-невролог» (зарегистрировано в Минюсте России 26.02.2019 № 53898)

А: Оказание медицинской помощи при заболеваниях и (или) состояниях нервной системы	A/01.8	Проведение обследования пациентов при заболеваниях и (или) состояниях нервной системы с целью постановки диагноза
	A/04.8	Проведение и контроль эффективности мероприятий по первичной и вторичной профилактике заболеваний и (или) состояний нервной системы и формированию здорового образа жизни, санитарно-гигиеническому просвещению населения

**Психиатрия.** Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 23 июля 2010 г. №541н «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих. Раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения (в ред. Приказа Минтруда РФ от 09.04.2018 №214н).

	КХ	Оказание психиатрической помощи населению
		Осуществление диагностики, лечения и медицинской реабилитации пациентов с психическими расстройствами
		Проведение психиатрического освидетельствования
		Осуществление диагностики психических расстройств в структуре профессионального выгорания
		Осуществление профилактики психических расстройств

## 1.4. Планируемые результаты обучения

Таблица 2

ПК	Описание компетенции	Код ТФ проф-стандарта/квалификационная характеристика (КХ)
ПК-1	<b>Готовность</b> к ранней диагностике профессионального выгорания по профилю «профпатология», «неврология», «психиатрия», «терапия»	А/01.8 А/04.8 А/02.7 КХ
	<b>должен знать:</b> клинические рекомендации, стандарты по оказанию медицинской помощи; порядок оказания медицинской помощи по профилю «профпатология», «неврология», «психиатрия», «терапия», методики диагностики начальных форм профессионального выгорания	
	<b>должен уметь:</b> осуществлять диагностику начальных форм профессионального выгорания по профилю «профпатология», «неврология», «психиатрия», «терапия»	
	<b>должен владеть:</b> навыками диагностики начальных форм выгорания по профилю «профпатология», «неврология», «психиатрия», «терапия»;	
ПК-2	<b>Готовность</b> к оценке и мониторингу производственных традиционных и психосоциальных факторов риска развития профессионального стресса и выгорания по профилю «профпатология», «неврология», «психиатрия», «терапия»	А/05.8 А/03.8 А/05.7 А/04.8 КХ
	<b>должен знать:</b> принципы оценки условий труда и психосоциальных производственных факторов как детерминанты профессионального стресса и выгорания у работников; порядок мониторинга факторов риска профессионального стресса и выгорания у работников отдельных профессиональных групп	
	<b>должен уметь:</b> выявлять и оценивать традиционные и психосоциальные производственные факторы как детерминанты профессионального стресса и выгорания у работников по профилю «профпатология», «неврология», «психиатрия», «терапия»; проводить мониторинг факторов риска профессионального стресса и выгорания у работников отдельных профессиональных групп	

	<p><b>должен владеть:</b> навыками выявления и оценки традиционных и психосоциальных производственных факторов как детерминант профессионального стресса и выгорания у работников по профилю «профпатология», «неврология», «психиатрия», «терапия»; навыками проведения мониторинга факторов риска профессионального стресса и выгорания у работников отдельных профессиональных групп</p>	
ПК-3	<p><b>Готовность</b> к организации и проведению комплексной профилактики стресса и выгорания на рабочем месте по профилю «профпатология», «неврология», «психиатрия», «терапия»</p> <p><b>должен знать:</b> принципы организации первичной и вторичной профилактики производственного стресса на рабочем месте; современные методы профилактики профессионального выгорания у работников</p> <p><b>должен уметь:</b> проводить комплексную профилактику производственного стресса у работников отдельных профессиональных групп; проводить первичную и вторичную профилактику профессионального выгорания у работников отдельных профессиональных</p> <p><b>должен владеть:</b> навыками проведения комплексной профилактики производственного стресса у работников отдельных профессиональных групп; навыками проведения первичной и вторичной профилактики профессионального выгорания у работников отдельных профессиональных</p>	<p>A/05.8 A/05.7 A/04.8 КХ</p>

### 1.5 Форма обучения

<b>График обучения</b>	<b>Акад. часов в день</b>	<b>Дней в неделю</b>	<b>Общая продолжительность программы, месяцев (дней, недель)</b>
<b>Форма обучения</b>			
Очная	6	6	1 неделя/6 дней

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

### 2.1 Учебный план.

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Профилактика стресса и выгорания на рабочем месте»  
объёме 36 часов

№	Наименование модулей	Всего часов	Часы без ДОТ и ЭО	В том числе				Часы с ДОТ и ЭО	В том числе				Стажировка	Обучающий симуляционный курс	Совершенствуемые ПК	Форма контроля
				ЛЗ	ПЗ	СЗ	СР		ЛЗ	СЗ	ПЗ	СР				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
<b>Специальные дисциплины</b>																
1	Современные представления о нарушениях психического здоровья на рабочем месте. Понятие о профессиональном стрессе и выгорании	8	8	2	4	2									ПК-1 ПК-2	ПА
2	Особенности профессионального стресса и выгорания в отдельных профессиональных группах	16	10	4	4	2		6		2	4				ПК-1 ПК-2	ПА
3	Основные принципы профилактики стресса и выгорания на рабочем месте	10	10	2	6	2									ПК-3	ПА
<b>Итоговая аттестация</b>		<b>2</b>														<b>Экзамен</b>
<b>Всего часов по программе</b>		<b>36</b>	<b>28</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>6</b>		<b>6</b>		<b>2</b>	<b>4</b>					<b>2</b>

## 2.2. Календарный учебный график.

Учебные занятия проводятся в течение 1 недели: шесть дней в неделю по 6 академических часа в день.

## 2.3. Рабочие программы учебных модулей.

### Модуль 1

#### Современные представления о нарушениях психического здоровья на рабочем месте. Понятие о профессиональном стрессе и выгорании

Код	Наименования тем, элементов
<b>1.1.1</b>	<b>Современные представления о нарушениях психического здоровья на рабочем месте</b>
1.1.1.1	Работа и психическое здоровье
1.1.1.2	Состояние здоровья у работников с хроническим стрессом и выгорание
1.1.1.3	Психосоциальные факторы как детерминанты стресса на рабочем месте
<b>1.1.2</b>	<b>Понятие о профессиональном стрессе и выгорании</b>
1.1.2.1	Психосоциальные факторы и психосоциальные риски
1.1.2.2	Современное представление о стрессе на работе
1.1.2.3	Взаимосвязь профессионального стресса и выгорания
1.1.2.4	Концепция профессионального выгорания в медицине труда
1.1.2.5	Методы диагностики профессионального выгорания
1.1.2.6	Условия труда и психосоциальные производственные факторы риска стресса и выгорания у работников различных профессиональных групп

**Модуль 2**  
**Особенности профессионального стресса и выгорания в отдельных профессиональных группах**

Код	Наименования тем, элементов
<b>1.2.1</b>	<b>Особенности профессионального стресса и выгорания в отдельных профессиональных группах</b>
1.2.1.1	Особенности профессионального стресса и выгорания у работников непроизводственной сферы
1.2.1.2	Особенности профессионального стресса и выгорания у работников производственной сферы
1.2.1.3	Особенности профессионального стресса и выгорания у работников в период пандемии новой коронавирусной инфекции

**Модуль 3**  
**Основные принципы профилактики стресса и выгорания на рабочем месте**

Код	Наименования тем, элементов
<b>1.3.1</b>	<b>Основные принципы профилактики последствий стресса и выгорания на рабочем месте</b>
1.3.1.1	Профилактика профессионального стресса у работников в отдельных профессиональных группах
1.3.1.2	Профилактика профессионального выгорания у работников в отдельных профессиональных группах
1.3.1.3	Разработка и внедрение моделей прогнозирования риска профессионального выгорания у работников

## 2.4. Оценка качества освоения программы.

### 2.4.1. Форма промежуточной и итоговой аттестации.

#### 2.4.1.1. Контроль результатов обучения проводится:

- в виде ПА - по каждому учебному модулю Программы. Форма ПА – *зачёт*. Зачет проводится посредством тестового контроля в автоматизированной системе дополнительного профессионального образования (АС ДПО) и решения ситуационных задач по темам учебного модуля (АС ДПО).

- в виде итоговой аттестации (ИА).

Обучающийся допускается к ИА после освоения рабочих программ учебных модулей в объёме, предусмотренном учебным планом (УП), при успешном прохождении всех ПА в соответствии с УП. Форма итоговой аттестации – *экзамен*, который проводится посредством тестового контроля (АС ДПО) и собеседования с обучающимся.

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

2.4.2. Шкала и порядок оценки степени освоения обучающимися учебного материала Программы.

### КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ОТВЕТА НА ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ВОПРОС

Отметка	Дескрипторы		
	прочность знаний	умение объяснять сущность явлений, процессов, делать выводы	логичность и последовательность ответа
отлично	прочность знаний, знание основных процессов изучаемой предметной области, ответ отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владением терминологическим аппаратом; логичностью и последовательностью ответа	высокое умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры	высокая логичность и последовательность ответа
хорошо	прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; свободное владение монологической речью, однако допускается одна - две неточности в ответе	умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; однако допускается одна - две неточности в ответе	логичность и последовательность ответа



удовлетворительно	удовлетворительные знания процессов изучаемой предметной области, ответ, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории. Допускается несколько ошибок в содержании ответа	удовлетворительное умение давать аргументированные ответы и приводить примеры; удовлетворительно сформированные навыки анализа явлений, процессов. Допускается несколько ошибок в содержании ответа	удовлетворительная логичность и последовательность ответа
неудовлетворительно	слабое знание изучаемой предметной области, неглубокое раскрытие темы; слабое знание основных вопросов теории, слабые навыки анализа явлений, процессов. Допускаются серьезные ошибки в содержании ответа	неумение давать аргументированные ответы	отсутствие логичности и последовательности ответа

## КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕШЕНИЯ СИТУАЦИОННОЙ ЗАДАЧИ

Отметка	Дескрипторы			
	понимание проблемы	анализ ситуации	навыки решения ситуации	профессиональное мышление
отлично	полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию, выполнены	высокая способность анализировать ситуацию, делать выводы	высокая способность выбрать метод решения проблемы уверенные навыки решения ситуации	высокий уровень профессионального мышления
хорошо	полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию, выполнены	способность анализировать ситуацию, делать выводы	способность выбрать метод решения проблемы уверенные навыки решения ситуации	достаточный уровень профессионального мышления. Допускается одна-две неточности в ответе
удовлетворительно	частичное понимание проблемы. Большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены	Удовлетворительная способность анализировать ситуацию, делать выводы	Удовлетворительные навыки решения ситуации	достаточный уровень профессионального мышления. Допускается более двух неточностей в ответе
неудовлетворительно	непонимание проблемы.	Низкая способность анализировать ситуацию	Недостаточные навыки решения ситуации	Отсутствует

	Многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены. Нет ответа. Не было попытки решить задачу			
--	---	--	--	--

### **КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ОТВЕТА НА ТЕСТОВЫЕ ВОПРОСЫ**

Процент правильных ответов	Отметка
91-100	отлично
81-90	хорошо
71-80	удовлетворительно
Менее 71	неудовлетворительно

#### **2.5. Оценочные материалы.**

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

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **3.1. Материально-технические условия**

3.1.1. Перечень помещений Университета и/или медицинской организации, предоставленных структурному подразделению для образовательной деятельности:

№№	Наименование ВУЗА, учреждения здравоохранения, клинической базы или др.), адрес	Этаж, кабинет
1	ГБУ РО «Областная клиническая больница №2», отделение гастроэнтерологии г. Ростов-на-Дону, ул. 1-й Конной Армии 33	Этаж 4, аудитории №1 и №2.

### 3.1.2. Перечень используемого для реализации Программы медицинского оборудования и техники:

№№	Наименование медицинского оборудования, техники, аппаратуры, технических средств обучения и т.д.
1.	Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО РостГМУ
2.	Мультимедийный проектор, ксерокс, негатоскоп, тонометр, стетофонендоскоп, учебная мебель (столы, стулья, шкафы), интерактивная доска, расходные материалы

### 3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение.

#### 3.2.1. Литература

№№	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы, кол стр.
	Основная литература
1.	Профпатология в вопросах и ответах: руководство для врачей /Ю.Ю. Горблянский, Е.П. Конторович, О.П. Понамарева, М.А.Панова: под ред. И.В. Бухтиярова- Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 272 с.
2.	Факторы риска и профилактика профессионального стресса: учебное пособие/ Ю.Ю. Горблянский, О.П. Понамарева, Т.Е. Пиктушанская [и др.]: под ред. Ю.Ю. Горблянского; ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России, ГБУ РО «ЛРЦ №2». – Ростов н/Д: Фонд науки и образования, 2019 г. – 114 с. Доступ из ЭБ РостГМУ
	Дополнительная литература
1	Профпатология: учебное пособие для практических занятий//Ю.Ю. Горблянский, Е.П. Конторович, О.П. Понамарева; под ред. Ю.Ю. Горблянского ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России. - Ростов н/Д: Изд-во РостГМУ, 2023. - 394 с
2	Организационно-правовые основы профпатологической помощи в Российской Федерации: учеб. пособие/ под ред. Ю.Ю. Горблянского. - Ростов н/Д: Изд-во РостГМУ, 2014. – 117 с. Доступ из ЭБ РостГМУ
3	Профессиональное здоровье и работоспособность: оценка и управление: учеб. пособие. Ю.Ю. Горблянский. Е.П. Конторович, Н.В. Яковлева [и др.]. - Ростов н/Д: Изд-во РостГМУ, 2019. – 107 с. Доступ из ЭБ РостГМУ
4	Профессиональная патология: национальное рук-во / под ред. Н.Ф. Измерова; Ассоциация медицинских обществ по качеству. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2011. – 777с.

5	Косарев В.В. Профессиональные болезни: руководство для врачей: учеб. пособие для системы послевуз. проф. образования врачей / В.В. Косарев, С.А. Бабанов. – М.: БИНОМ, 2011. - 421с.
6	Труд и здоровье медицинских работников: учеб. пособие для врачей/ О.Г. Хоружая, Ю.Ю. Горблянский, Е.Е. Аденинская [и др.]. – Ростов н/Д: Изд-во РостГМУ, 2013. - 91 с. Доступ из ЭБ РостГМУ
7	Профессиональная патология. Часть 1: рук-во для врачей / под ред. Ю.Ю. Горблянского. - Ростов –на-Дону: Изд-во РостГМУ, 2014. – 247 с. – доступ из ЭБ РостГМУ
8	Профессиональная патология. Часть 2: рук-во для врачей / под ред. Ю.Ю. Горблянского. - Ростов-на-Дону: Изд-во Рост ГМУ, 2015. – 99 с. – доступ из ЭБ РостГМУ
9	Сменная работа: монография / Ю.Ю. Горблянский, О.В. Сивочалова, Е.П. Конторович [и др.]: ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России. – Ростов н/Д: Фонд науки и образования, 2016г. – 519 с. Доступ из ЭБ РостГМУ
10	Сосудистый возраст, старение и работа: учебное пособие / Ю.Ю. Горблянский, Н.В. Дроботя, Е.П. Конторович [и др.]; под.ред. Ю.Ю.Горблянского; Н.В. Дроботя; ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России. - Ростов н/Д: Изд-во РостГМУ, 2019. 120с.
11	Функциональная диагностика в профессиональной патологии: учебное пособие/ Ю.Ю. Горблянский, Т.Е. Пиктушанская, Н.В. Дроботя [и др.]; под.ред. Ю.Ю.Горблянского; Н.В. Дроботя; ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России. – Ростов-на-Дону: Изд-во Рост ГМУ, 2018. – 238с.
12	Профессиональные аспекты новой коронавирусной инфекции COVID-19: учебное пособие / сост.: Ю. Ю. Горблянский, Е. П. Конторович, О. П. Понамарева [и др.]; под общ. ред. Ю. Ю. Горблянского ; ФГБОУ ВО Рост ГМУ Минздрава России. – Ростов-на-Дону: Изд-во Рост ГМУ, 2021 – 147 с. доступ из ЭБ Рост ГМУ

### 3.2.2. Информационно-коммуникационные ресурсы.

№№	Наименование ресурса	Электронный адрес
1.	Официальный сайт Минздрава России	<a href="http://www.rosminzdrav.ru">http:// www.rosminzdrav.ru</a>

### 3.2.3. Автоматизированная система (АС ДПО).

Обучающиеся, в течение всего периода обучения, обеспечиваются доступом к автоматизированной системе дополнительного профессионального образования (АС ДПО) [sdo.rostgmu.ru](http://sdo.rostgmu.ru).

Основными дистанционными образовательными технологиями Программы являются интернет-технологии с методикой синхронного и/или асинхронного дистанционного обучения. Методика синхронного дистанционного обучения предусматривает on-line общение, которое реализуется в виде вебинара, онлайн-чата, виртуальный класс. Асинхронное обучение представляет собой offline просмотр записей аудиолекций, мультимедийного и печатного материала. Каждый слушатель получает доступ к учебным материалам портала и к электронной информационно-образовательной среде.

АС ДПО обеспечивает:

- возможность входа обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»;
- одновременный доступ не менее 25 процентов обучающихся по Программе;
- доступ к учебному содержанию Программы и электронным образовательным ресурсам в соответствии с формой обучения (вопросы контроля исходного уровня знаний, вопросы для самоконтроля по каждому разделу, тестовые задания, интернет-ссылки, нормативные документы);
- фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточной и итоговой аттестаций.

### **3.3. Кадровые условия.**

Реализация Программы обеспечивается научно-педагогическими работниками кафедры профпатологии факультета повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов

Доля научно-педагогических работников, имеющих образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, модуля, имеющих сертификат специалиста по профпатологии в общем числе научно-педагогических работников, реализующих Программу, составляет 100%.

Доля научно-педагогических работников, имеющих ученую степень и/или ученое звание, в общем числе научно-педагогических работников, реализующих Программу, 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%.

## Профессорско-преподавательский состав программы

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия, имя, отчество,</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Место работы основное</b>
<b>1</b>	<b>Горблянский Юрий Юрьевич</b>	<b>д.м.н., профессор</b>	<b>Зав. кафедрой профпатологии и пульмонологии</b>	<b>ФГБОУ ВО РостГМУ</b>
<b>2</b>	<b>Конторович Елена Павловна</b>	<b>к.м.н.</b>	<b>Доцент кафедры профпатологии и пульмонологии</b>	<b>ГБУ РО «ГБ№7 в г. Ростове-на-Дону»</b>
<b>3</b>	<b>Понамарева Оксана Петровна</b>	<b>к.м.н.</b>	<b>Доцент кафедры профпатологии и пульмонологии</b>	<b>МСЧ ПАО «Роствертол» им. Б.Н. Слюсаря</b>

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ****1. Оформление тестов фонда тестовых заданий.**

к дополнительной профессиональной программе повышения квалификации врачей «Профилактика стресса и выгорания на рабочем месте» со сроком освоения 36 академических часов по специальности «Профпатологи» и смежным специальностям: неврология, психиатрия, терапия

**Модуль 1**

1	Кафедра	профпатологии и пульмонологии
2	Факультет	ФПК и ППС
3	Адрес (база)	Ул. 1-й Конной армии 33
4	Зав.кафедрой	Горблянский Юрий Юрьевич
5	Ответственный составитель	Конторович Елена Павловна..
6	Е-mail	<a href="mailto:kontorovichep@yandex.ru">kontorovichep@yandex.ru</a> .
7	Моб. телефон	8-918-518-13-80..
8	Кабинет №	Аудитория №1
9	Учебная дисциплина	Профпатология
10	Учебный предмет	Профпатология
11	Учебный год составления	2023
12	Специальность	профпатология, неврология, психиатрия, терапия
13	Форма обучения	Очная
14	Модуль	1.1.Современные представления о нарушениях психического здоровья. Понятие о профессиональном стрессе и выгорании
15	Тема	1.1.1; 1.1.2
16	Подтема	все
17	Количество вопросов	13
18	Тип вопроса	<b>2- single, 11- multiple</b>

19	Источник	
----	----------	--

### Список тестовых заданий

1	1	1			
1			Профессиональный риск - это		
	*		вероятность опасного воздействия психосоциальных факторов на здоровье работников		
			тяжесть болезненного состояния вследствие опасного действия психосоциальных факторов		
1	1	1			
2			К признакам проявлений стресса со стороны организма относят все, кроме:		
			физические		
			эмоциональные		
			поведенческие		
	*		сенсорные		
1	1	1			
3			Психосоциальный фактор –это взаимодействие между:		
	*		содержанием работы		
	*		организацией работы		
	*		управлением		
	*		компетенциями и потребностями работников		
1	1	1			
4			Стресс на работе –это комбинация реакций:		
	*		эмоциональных		
	*		когнитивных		
	*		поведенческих		
	*		психологических		
1	1	1			



5			Синдром выгорания, по определению ВОЗ, - это		
	*		физическое, эмоциональное или мотивационное истощение		
	*		риск развития зависимости от алкоголя		
	*		повышенная подверженность соматическим заболеваниям		
	*		риск суицидального поведения		
1	1	1			
6			Синдром эмоционального выгорания характеризуется		
	*		усталостью		
			нарушением продуктивности в работе		
			бессонницей		
			повышенной подверженностью соматическим заболеваниям		
1	1	1			
7			Основными проявлениями деперсонализации являются		
	*		деформация отношений с коллегами		
	*		циничное отношение к труду		
	*		усиление негативизма		
	*		безразличие к людям		
1	1	1			
8			Редукция профессиональных личностных достижений - это		
	*		тенденция к негативной самооценке		
	*		занижение своих профессиональных достижений		
	*		негативизм по отношению к служебным достоинствам и возможностям		
	*		чувство неудовлетворенности		
1	1	1			
9			Основные элементы модели выгорания по К. Маслач:		

	*		эмоциональное истощение		
	*		деперсонализация (деформация отношений с людьми)		
	*		редукция профессиональных личностных достижений		
	*		психическое истощение		
1	1	1			
10			Для диагностики профессионального стресса используются		
	*		опросник нервно-психической адаптации		
	*		шкала астенического состояния		
	*		шкала депрессии Зунга		
	*		тест тревожности Спилберга		
1	1	1			
11			Согласно определению ВОЗ, синдром эмоционального выгорания – это истощение		
	*		физическое		
	*		эмоциональное		
	*		мотивационное		
1	1	1			
12			Психосоциальный (профессиональный) стресс может вызвать следующие психосоматические заболевания:		
	*		неврозы		
	*		эндокринопатии		
	*		иммунодефициты		
	*		гормонзависимые опухолевые заболевания		
	*		гипертоническую болезнь		
1	1	1			
13			Преследование (запугивание, травля на работе) - это		
	*		оскорбление		
	*		социальное исключение кого-либо		

	*		негативное влияние на выполнение служебных заданий		
	*		повторяющиеся негативные действия в течение определенного времени		

## 2. Оформление фонда ситуационных задач

(для проведения экзамена в АС ДПО).

### СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

#### Задача 1

Учитель математики в старших классах средней школы, 54 лет, со стажем работы 31 год, на приеме у невролога поликлиники предъявил жалобы на постоянную общую слабость, утомляемость, плохой сон, колебания артериального давления, потливость. При осмотре патологии внутренних органов не выявлено. АД 135/ 70 мм рт. ст. Пульс 82 уд в 1 мин. В неврологическом статусе без органической симптоматики. Выражен акрогипергидроз. Тенденция к лакримальности. Диагностирован астено-невротический синдром. Назначено медикаментозное лечение.

#### ВОПРОСЫ:

1. О каком симптомакомплексе может идти речь в данном случае?
  - a. о профессиональном выгорании (синдроме эмоционального истощения)\*
  - b. о профессиональном выгорании (синдром деперсонализации)
  - c. о неврастеническом синдроме
  
2. Обоснуйте высказанное предположение
  - a. многолетний стаж работы в профессии школьного учителя
  - b. повышенные нагрузки в рабочее и внеурочное время
  
3. Какова дальнейшая врачебная тактика?
  - a. консультация психотерапевта\*
  - b. консультация психолога\*
  - c. консультация невролога
  - d. мотивация к здоровому образу жизни
  
4. Определите клинико-трудовой прогноз

- a. благоприятный \*
- b. неблагоприятный
- c. сомнительный

## Задача 2

Преподаватель строительного колледжа, 48 лет со стажем 24 года, в течение последних 2-3 лет отмечает раздражительность, общую слабость, утомляемость, потливость, колебания артериального давления. На приеме у терапевта обнаружено увеличение щитовидной железы. Пункция железы выявила узел правой доли умеренных размеров, участки глиоза. Эндокринолог рекомендовал динамическое наблюдение. На приеме у невролога поликлиники органических симптомов не выявлено; отмечена вегето-эмоциональная лабильность. АД 130/80 мм рт.ст. Через 2 месяца при повторном осмотре неврологом и беседе выявлены проявления нарастающей отстраненности от работы, циничные высказывания в адрес коллег и студентов. Пациент сообщил, что устал от «изматывающей нагрузки на работе, внеурочных занятий с учениками, подготовок их к олимпиадам, указал на отсутствие полноценного отдыха в течение многих лет, подчеркнул, что руководство школы недостаточно ценит его труд.

### ВОПРОСЫ:

1. Сформулируйте диагноз

- a. синдром эмоционального выгорания (фаза деперсонализации)\*
- b. синдром эмоционального выгорания (фаза эмоционального истощения)
- c. астено-вегетативный синдром на фоне стресса на работе

2. Обоснуйте высказанное предположение

- a. многолетний стаж работы в профессии школьного учителя\*
- b. повышенные нагрузки в рабочее и внеурочное время\*
- c. отсутствие поддержки руководства \*

3. Каковы проявления деперсонализации?

- a. деформация отношений с коллегам\*
- b. циничное отношение к труду\*
- c. усиление негативизма\*
- d. безразличие к людям\*

4. Какова дальнейшая врачебная тактика

- a. консультация психотерапевта\*
- b. консультация психолога\*
- c. наблюдение у невролога

5. Определите клинический прогноз

- a. благоприятный
- b. неблагоприятный
- c. сомнительный\*

**Модуль 2**

	Кафедра	профпатологии и пульмонологии
2	Факультет	ФПК и ППС
3	Адрес (база)	Ул. 1-й Конной армии 33
4	Зав.кафедрой	Горблянский Юрий Юрьевич
5	Ответственный составитель	Конторович Елена Павловна
6	E-mail	<a href="mailto:kontorovich@yandex.ru">kontorovich@yandex.ru</a> ..
7	Моб. телефон	8-918-518-13-80..
8	Кабинет №	Аудитория №1
9	Учебная дисциплина	Профпатология
10	Учебный предмет	Профпатология
11	Учебный год составления	2023
12	Специальность	профпатология, неврология, психиатрия, терапия
13	Форма обучения	Очная
14	Модуль	1.2. Особенности профессионального стресса и выгорания в отдельных профессиональных группах
15	Тема	1.2.1
16	Подтема	все
17	Количество вопросов	10
18	Тип вопроса	<b>3- single, 7- multiple</b>
19	Источник	

### Список тестовых заданий

1	1	2			
1			К производственным факторам, способствующим развитию профессионального стресса, относятся все кроме:		
			физические		
	*		физиологические		
			биологические		
			психосоциальные		
			структурно-организационные		
1	1	2			
2			В период пандемии COVID-19 наиболее часто выгорание наблюдалось:		
	*		у медицинских работников		
			у работников офисов		
			у рабочих промышленных предприятий		
			у не работающего населения		
1	1	2			
3			Наибольший вклад в развитие профессионального стресса вносят:		
	*		психосоциальные факторы на работе		
			физическая нагрузка		
			локальная вибрация		
1	1	2			
4			Неблагоприятные аспекты, вызывающие стресс на работе, - это		
	*		должностные обязанности		
	*		организация работы		
	*		условия работы		
1	1	2			
5			К основным дисбалансам психосоциальных факторов, вызывающих профессиональный стресс и выгорание, относятся:		

	*		дисбаланс усилий и вознаграждения		
	*		дисбаланс между требованиями на работе, низким контролем и отсутствием поддержки		
	*		дисбаланс между работой и домом		
1	1	2			
6			У работников непроизводственной сферы наиболее значимыми психосоциальными факторами стресса являются		
	*		дисбаланс усилий и вознаграждения		
	*		отсутствие поддержки коллег		
1	1	2			
7			У работников промышленных предприятий наиболее значимыми психосоциальными факторами стресса являются		
	*		высокий темп работы		
	*		отсутствие возможностей для развития		
	*		низкое влияние на работу		
1	1	2			
8			У педагогических работников наиболее значимыми психосоциальными факторами на рабочем месте является неудовлетворенность:		
	*		режимом работы		
	*		оплатой труда		
	*		организацией рабочего процесса		
	*		отношением учеников и их родителей к учителю		
1	1	2			
9			Предикторами выгорания у педагогов является сочетание		

	*		напряженности		
	*		тяжести труда		
	*		психосоциальных факторов на работе		
1	1	2			
10			Развитие выгорания характерно для:		
	*		медицинских работников		
	*		учителей		
	*		психологов		
	*		социальных работников		
	*		пожарных и спасателей		
	*		сотрудников правоохранительных органов		
	*		менеджеров		
	*		работников розничной торговли		

## 2. Оформление фонда ситуационных задач

(для проведения экзамена в АС ДПО).

### СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

#### Задача 1

Менеджер по продажам крупной фирмы, 44 лет, со стажем работы 11 лет, на приеме у врача-невролога частной клиники предъявляет жалобы на постоянную усталость, нарушение сна, раздражительность, пониженное настроение. Связывает свое состояние с постоянными контактами с людьми, частыми внеплановыми командировками, конфликтами в семье в связи с частым отсутствием и недостаточным вниманием к близким. В последнее время постоянно с раздражением воспринимает задания от руководителя, считает их чрезмерными, требующими большого психоэмоционального напряжения. Имеет высшее образование. Курит до 10-15 сигарет в день в течение последних 12 лет. Алкоголь употребляет редко (по праздникам, иногда в связи с событиями в семье). При осмотре: общее состояние удовлетворительное. АД 120/60 мм рт ст. В неврологическом статусе органической патологии не выявлено. Фон настроения снижен. Обращался к неврологу поликлиники, принимал витамины, седативные средства без эффекта.



## ВОПРОСЫ:

1. Сформулируйте диагноз
  - a. Эмоциональное выгорание\*
  - b. Астенический синдром
  - c. Неврастенический синдром
  
2. Назовите причины выгорания
  - a. дисбаланс между работой и личной жизнью\*
  - b. повышенные требования на работе\*
  - c. частые командировки без соблюдения графика работы\*
  
3. Каковы рекомендации невролога в данном случае?
  - a. занятия в группе здоровья\*
  - b. отказ от курения\*
  - c. соблюдение здорового образа жизни\*
  - d. освоение коучинг-стратегий \*
  
4. Оцените клинико-трудовой прогноз
  - a. благоприятный \*
  - b. неблагоприятный
  - c. сомнительный

## Задача 2

Медицинская сестра психиатрического стационара, 34 лет, со стажем работы 10 лет, обратилась к коллеге – психиатру по месту работы. Жалуется на постоянную усталость, отвращение к работе, сложности взаимоотношений с пациентами, желание изменить место работы. Отмечает неудовлетворенность оплатой труда, невозможность отдохнуть дома после работы, жесткий график работы (нередко дополнительные внеурочные ночные дежурства), конфликты с другими медсестрами при обсуждении распределения ночных дежурств, чрезмерная нагрузка (обслуживание тяжелых больных, их неадекватное поведение). Указывает на постоянно плохое настроение, неуверенность в себе, отсутствие желания заниматься домашними делами. Врач-психиатр рекомендовал обратиться к психологу и войти в баллинтовскую группу (в данной больнице) по профилактике последствий стресса на рабочем месте

## ВОПРОСЫ:

1. Поставьте предварительный диагноз
  - a. Профессиональное выгорание (фаза эмоционального истощения с тенденцией к деперсонализации)\*

- b. Неврастенический синдром
- c. Астенический синдром

2.Обоснуйте диагноз

- a. контакт с больными психическими заболеваниями\*
- b. нерегламентированная работа\*
- c. наличие характерных жалоб (эмоциональная лабильность, дисбаланс усилий и вознаграждения, снижение коммуникативности)\*

3.Какие лечебно-профилактические меры показаны в данной ситуации?

- a. применение общеукрепляющих и седативных препаратов\*
- b. занятия в группе здоровья\*
- c. занятия в баллинтговской группе по месту работы\*
- d. соблюдение здорового образа жизни\*
- e. наблюдение у психолога\*

4.Оцените клинико-трудовой прогноз

- a. благоприятный
- b. неблагоприятный
- c. сомнительный\*

**Модуль 3**

1	Кафедра	профпатологии и пульмонологии.
2	Факультет	ФПК и ППС
3	Адрес (база)	Ул. 1-й Конной армии 33
4	Зав.кафедрой	Горблянский Юрий Юрьевич
5	Ответственный составитель	Конторович Елена Павловна
6	Е-mail	<a href="mailto:kontorovichep@yandex.ru">kontorovichep@yandex.ru</a>
7	Моб. телефон	8-918-518-13-80..
8	Кабинет №	Аудитория №1
9	Учебная дисциплина	Профпатология
10	Учебный предмет	Профпатология
11	Учебный год составления	2023
12	Специальность	профпатология, неврология, психиатрия, терапия

13	Форма обучения	Очная
14	Модуль	1.3. Основные принципы профилактики стресса и выгорания на рабочем месте
15	Тема	1.3.1
16	Подтема	все
17	Количество во- просов	10
18	Тип вопроса	<i>2- single, 8- multiple</i>
19	Источник	

### Список тестовых заданий

1	1	3			
1			Основным методом первичной профилактики профессионального стресса является		
	*		устранение на рабочем месте психосоциальных опасностей		
			снижение уровня вибрации		
			повышение физической активности		
1	1	3			
2			К организационно-профилактическим мерам, направленным на профилактику профессионального стресса относятся, верно все кроме:		
			внедрение передовых приемов труда		
			ясность и точность заданий		
			достаточная информированность работников		
	*		автоматизация процессов, требующих выполнения большого количества стереотипных движений рук и пальцев		
			возможность карьерного роста		

			воздание благоприятного психологического климата в коллективе		
1	1	3			
3			Комплексная профилактика профессионального стресса и выгорания включает:		
	*		оптимальную организацию рабочего процесса		
	*		внедрение здоровьесберегающих технологий		
	*		обучение работников навыкам преодоления стресса		
	*		разработка и внедрение моделей прогнозирования рисков выгорания		
1	1	3			
4			Организационные меры профилактики стресса и выгорания на рабочем месте включают:		
	*		коррекцию рабочей нагрузки		
	*		введение гибких графиков рабочих смен		
	*		структурные изменения в организации		
	*		лидерские изменения в организации		
	*		введение системы справедливой оплаты труда		
	*		программы мотивирования работников к труду		
			использование ресурсов организации		
1	1	3			
5			Здоровьесберегающие технологии на рабочем месте предусматривают:		
	*		оценку и управление рисками развития выгорания		
	*		организацию занятий в группах здоровья		

	*		учет индивидуального профмаршрута работника		
	*		учет адаптивных резервов организма		
1	1	3			
6			На индивидуальном уровне профилактика стресса и выгорания включает обучение:		
	*		навыкам межличностного общения		
	*		стратегиям предотвращения стресса		
	*		навыкам использования ресурсов организма		
1	1	3			
7			Стратегии преодоления стресса включают:		
	*		Когнитивное реконструирование		
	*		креативное решение проблемы		
	*		умение управлять своим временем		
	*		занятия творчеством		
	*		развитие чувства юмора		
1	1	3			
8			Интегрированный подход к профилактике выгорания характеризуется учетом:		
	*		условий труда работников		
	*		психосоциальных производственных факторов		
	*		состояния здоровья работников		
	*		организационной практики работодателя		
1	1	3			
9			Факторами, снижающими вероятность выгорания по Н.Н. Водопьяновой, являются:		
	*		ориентация на сотрудничество и компромисс		

	*		высокая мотивация к саморазвитию и эмоциональному росту		
	*		высокий уровень коммуникативных умений и навыков		
	*		креативность подхода к решению профессиональных задач		
1	1	3			
10			Комплексные программы профилактики профессионального стресса и выгорания включают		
	*		идентификацию производственных факторов риска стресса и выгорания		
	*		формирование групп риска развития стресса и выгорания		
	*		разработку моделей прогнозирования профессионального выгорания		
	*		нормализацию режимов труда и отдыха на рабочем месте		
	*		минимизацию психосоциальных факторов на работе		
	*		мотивирование работников к ведению здорового образа жизни		

## 2. Оформление фонда ситуационных задач (для проведения экзамена в АС ДПО). СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ:

### Задача 1

На периодическом медосмотре врач хирург-онколог, 49 лет, со стажем работы 22 года, предъявил жалобы на постоянную общую слабость, быструю утомляемость на работе, отсутствие ощущения отдыха после ночного сна, повышенную раздражительность на работе и дома, желание употреблять алкогольные напитки, «чтобы расслабиться», плохое настроение. При опросе подчеркнул, что многие годы часто оперирует (нередко очень тяжелых больных), не всегда исходы операции положительны с учетом профиля пациентов (с онкологической патологией). В течение каждого месяца (3-4 раза) выполняет суточные или ночные дежурства. В последнее время без желания идет на работу. При

осмотре терапевтом АД 140/80 мм рт. ст. Пульс 88 уд в 1 мин. При осмотре неврологом установлена вегето-эмоциональная лабильность: разлитой красный дермографизм, акрогипергидроз, легкий тремор пальцев вытянутых рук.

### ВОПРОСЫ:

1. Сформулируйте предположительный диагноз
  - a. Профессиональное выгорания (фаза эмоционального истощения)\*
  - b. Профессиональное выгорание (фаза редукции личностных достижений)
  - c. Астено-невротический синдром, выраженный, на фоне стресса
  
2. Обоснуйте высказанное предположение
  - a. развитие нарушений здоровья с учетом характера работы хирурга онколога (группа высокого риска)\*
  - b. наличие неблагоприятных психосоциальных факторов на работе\*
  - c. снижение психоэмоционального фона\*
  - d. наличие усталости, опустошенности\*
  
3. Какова дальнейшая врачебная тактика?
  - a. консультация психотерапевта\*
  - b. консультация психолога\*
  - c. наблюдение невролога
  
4. Назовите меры профилактики выгорания в данном случае
  - a. разработка индивидуальной программы профилактики прогрессирования выгорания и психокоррекции\*
  - b. формирование мотивации к здоровому образу жизни\*
  - c. освоение коучинг-стратегий\*
  
5. Оцените клинико-трудовой прогноз
  - a. благоприятный\*
  - b. неблагоприятный
  - c. сомнительный

### Задача 2

Начальник цеха крупного промышленного предприятия, 36 лет, со стажем работы 11 лет, на периодическом медосмотре предъявил жалобы на головные боли, слабость, утомляемость, плохой сон, раздражительность, пониженное АД (100/60- 90/60 мм рт. ст.). Свое состояние объясняет перенапряжением на работе в течение последних трех лет, ненормированным рабочим днем, конфликтами с руководителем завода и оскорблениями в свой адрес, вынужденным прерыванием отпуска «в связи с производственной необходимостью»,

конфликтами в семье, несоответствием объема работы и заработной платы. В последние месяцы стал отмечать неуверенность в своей работе, неудовлетворенность результатами своего труда. При осмотре терапевтом, неврологом четких отклонений в состоянии здоровья не выявлено, кроме синдрома вегето-сосудистой дистонии по гипотоническому типу (АД 90/55 мм рт. ст.) и эмоциональной лабильности.

#### ВОПРОСЫ:

1. Сформулируйте диагноз
  - a. Профессиональное выгорания (фаза эмоционального истощения)
  - b. Профессиональное выгорание (фаза редукции личностных достижений)\*
  - c. Вегето-сосудистая дистония по гипотоническому типу
  
2. Приведите обоснование диагноза
  - a. работа на руководящей должности в течение 11 лет
  - b. снижение самооценки своих профессиональных возможностей
  - c. дисбаланс между объемом и ответственностью на работе и оплаты труда
  - d. неудовлетворенность своей работой
  - e. отсутствие полноценного отдыха
  
3. Перечислите симптомы редукции личностных достижений
  - a. тенденция к негативной самооценке
  - b. занижение своих профессиональных достижений
  - c. негативизм по отношению к служебным достоинствам и возможностям
  - d. чувство неудовлетворенности
  
4. Назовите показанные лечебно-профилактические мероприятия в данном случае
  - a. лечение у психотерапевта и психолога
  - b. санаторно-курортное лечение
  - c. разработка индивидуальной программы психокоррекции\*
  - d. формирование мотивации к здоровому образу жизни\*
  - e. освоение коучинг-стратегий\*
  - f. занятия в баллинтовской группе по профилактике стресса
  - g. снижение производственных психосоциальных факторов с привлечением администрации предприятия



## Перечень вопросов для собеседования

1. Современное понятие о профессиональном стрессе, механизмы его формирования
2. Роль традиционных неблагоприятных факторов рабочей среды в формировании профессионального стресса
3. Психосоциальные производственные факторы и стресс
4. Понятия психосоциальных факторов и психосоциальных рисков, значение их оценки в медицине труда
5. Психоэмоциональная рабочая среда и ее связь со здоровьем работников
6. Понятия эмоционального и профессионального выгорания
7. Концепция профессионального выгорания в медицине труда, эволюция взглядов
8. Модели профессионального выгорания и их значение в медицине труда
9. Современные методы диагностики профессионального выгорания
10. Профессиональное выгорание и психическое здоровье работников
11. Условия труда и психосоциальные опасности как факторы риска профессионального выгорания
12. Формирование профессионального выгорания у работников различных профессиональных групп
13. Особенности формирования профессионального выгорания у работников различных профессиональных групп
14. Факторы риска развития профессионального выгорания у лиц физического труда
15. Особенности профессионального выгорания у работников умственного труда
16. Условия труда и психосоциальные факторы риска профессионального выгорания у педагогов
17. Условия труда и психосоциальные факторы риска профессионального выгорания у медицинских работников различных категорий
18. Профессиональное выгорание и международная классификация болезней, эволюция представлений
19. Основные принципы профилактики стресса на рабочем месте
20. Современные модели прогнозирования риска профессионального выгорания работников производственной и непроизводственной сферы
21. Профилактика профессионального выгорания у педагогов образовательных организаций
22. Профилактика профессионального выгорания у медицинских работников (врачей и среднего медицинского персонала)
23. Роль комплексного подхода к оценке условий труда, психосоциальных факторов и состояния здоровья работников в профилактике профессионального выгорания