



МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«РОССИЙСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ БИБЛИОТЕКА»  
(ФГБУ «РГБ»)

НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ОТДЕЛ

УТВЕРЖДАЮ

Директор департамента научно-образовательной деятельности

Е.Н. Гусева

« 17 » \_\_\_\_\_ 2024 г.  
М.П.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН  
программы повышения квалификации  
«Эмоциональное выгорание и стратегии преодоления  
профессионального стресса»

|   |   |
|---|---|
| Требования к уровню образования обучающихся | высшее образование,<br>среднее профессиональное образование             |
| Категория обучающихся                       | специалисты, руководители учреждений культуры                           |
| Срок обучения                               | 7 календарных дней (одна неделя)  |
| Форма обучения                              | заочная с использованием дистанционных образовательных технологий (ДОТ) |
| Режим занятий                               | даты проведения занятий определяются расписанием                        |

| №<br>№<br>п/п | Наименование темы   | Общая<br>трудоемкость<br>(час.) | В том числе                                    |                   | Форма<br>контроля  |
|---------------|---|---------------------------------|--|-------------------|--------------------|
|               |   |                                 | Аудиторные <sup>1</sup><br>занятия<br>(лекции) | Самост.<br>работа |                    |
| 1             | Социально-психологические основы эмоционального выгорания                                   | 3                               | 2  | 1                 |                    |
| 2             | Психолого-физиологическая природа стресса и депрессии                                       | 3                               | 1  | 2                 |                    |
| 3             | Стратегии преодоления профессионального стресса у специалистов библиотек                    | 3                               | 1  | 2                 |                    |
| 4             | Психологические технологии преодоления эмоционального выгорания и профессионального стресса | 5                               | 3  | 2                 |                    |
|               | <b>Всего:</b>   | 14                              | 7  | 7                 |                    |
|               | Итоговый контроль   | 2                               | -  | -                 | зачет <sup>2</sup> |
|               | <b>ИТОГО:</b>   | 16                              | 7  | 7                 |                    |

Заместитель директора ДНОД –  
начальник НОО



Е.Б. Дударева

<sup>1</sup> Заочная с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ)

<sup>2</sup> Итоговая аттестация (зачет) проводится в форме электронного тестирования