

Информационная справка о проведении психолого – педагогического тренинга для педагогов с целью профилактики профессионального эмоционального выгорания в МБОУ «СШ №43»

В последние годы проблема сохранения психического здоровья педагогов стала особенно актуальной. Современный мир диктует свои правила: выросли требования со стороны родителей к личности педагога, его роли в образовательном процессе. Преобразования в системе образования также поднимают планку: приветствуется творческий подход к работе, новаторство, проектная деятельность, педагогические технологии. Увеличивается не только учебная нагрузка, вместе с ней растет и нервно-психическое напряжение личности, переутомление. Различного рода перегрузки усугубляются многочисленными страхами: страх быть покинутым, не найти поддержки; страх оказаться непрофессионалом; страх перед контролем.

Такая ситуация достаточно быстро приводит к эмоциональному истощению педагогов, известному как "синдром эмоционального выгорания". "Эмоционально выгоревшие" педагоги отличаются повышенной тревожностью и агрессивностью, категоричностью и жесткой самооценкой. Эти проявления значительно ограничивают творчество и свободу, профессиональный рост, стремление к самосовершенствованию.

Студенты Нижневартковского государственного университета под руководством Коваленко Светланы Васильевны, кандидата психологических наук, доцента кафедры психологии образования и развития факультета педагогики и психологии 12.05.2022 года провели тренинг для педагогических работников школы по профилактике профессионального эмоционального выгорания.



Ребята объяснили педагогам, что эмоциональное выгорание - это своего рода выработанный личностью механизм психологической защиты в виде полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия. В результате педагог становится заложником ситуации эмоционального выгорания, пленником стереотипов эмоционального и профессионального поведения.

Студенты показали приемы и ряд упражнений, выполнение которых поможет включить защитные функции организма и справиться с определенными проблемами.

Заместитель директора по ВР



И.В. Гончар
12.05.2022