

Тренинг: "Профилактика профессионального выгорания"

21 ноября на базе Детского сада №5 г. Петушки, в рамках Недели психологии, педагоги Центра провели важный и полезный тренинг для педагогов!

Цели нашей встречи:

1. Ознакомление с понятием профессионального выгорания и его характеристиками.
2. Выявление источников неудовлетворённости в профессиональной деятельности.
3. Анализ собственных негативных переживаний и поиск ресурсов для их преодоления.
4. Снятие напряжения и получение необходимой психоэмоциональной поддержки!

Мы провели увлекательные упражнения, которые помогли заглянуть внутрь себя.

Атмосфера была дружной и тёплой, что создавало отличные условия для открытого общения и обмена опытом!

Вместе мы смогли делиться соображениями, поддерживать друг друга и находить решения! Спасибо всем участникам за ваше участие и открытость!

