

## ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГА

13 марта на базе Петушинского филиала "Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи" прошел семинар для педагогов-психологов дошкольных образовательных учреждений района.

Тема мероприятия — «Профессиональное выгорание педагога», одна из наиболее актуальных проблем современного образования.

Встреча началась с приветственного слова заведующего центра Дарьи Романовны Зикановой, которая подчеркнула значимость обсуждения этой темы. Дарья Романовна отметила, что профессиональное выгорание — это состояние эмоционального истощения, которое может негативно сказаться на качестве работы педагога и его взаимодействии с детьми. Именно поэтому важно уделять внимание профилактике и своевременной поддержке специалистов.

Затем был проведен тренинг под руководством Дарьи Романовны на тему «Как избежать профессионального выгорания». Участники семинара получили практические рекомендации по управлению стрессом, сохранению мотивации и поддержанию профессионального здоровья.

Кроме того, педагог-психолог Ерохина Дарья Анатольевна провела серию упражнений, направленных на предупреждение выгорания среди коллег. Эти занятия помогли участникам глубже осознать причины стресса и научиться эффективным методам его преодоления.

Семинар завершился обсуждением полученных знаний и обменом опытом между участниками. Мероприятие стало важным шагом в направлении поддержки педагогов-психологов и улучшения качества их профессиональной деятельности.

Мы благодарим всех участников за активное участие и надеемся, что полученные знания помогут им успешно справляться с профессиональными вызовами!

