

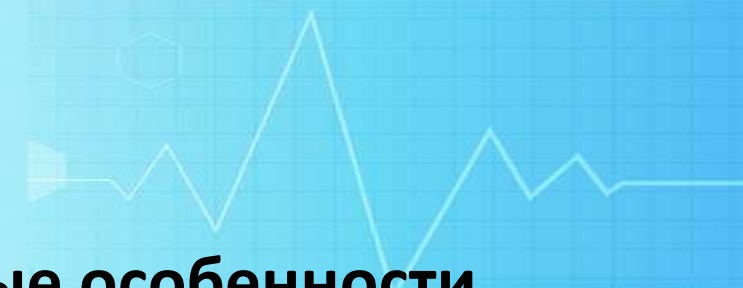
**«Современные технологии
профилактики стресса и снятия
психоэмоционального
напряжения у педагогических
работников»**

25 мая 2023 года

**практико-ориентированный семинар
Паршукова С.В., доцент ТОИПКРО,
к.псх.н.**

Актуальность

- «Сгореть» на работе очень актуально для человека современного общества, особенно для того, кто по роду своей деятельности осуществляет многочисленные и интенсивные контакты с другими людьми.
- По данным социально-демографических исследований, труд педагога относится к числу наиболее напряженных в психологическом плане видов деятельности.



- **Профессиональный труд педагогов имеет существенные особенности.**
- Это и высокая эмоциональная загруженность, огромное число эмоциогенных факторов, необходимость выражать сопереживание, сочувствие.
- Это и постоянная новизна работы.
- Это и необходимость знания основ физиологии и психологии человека, значительные нервно-психические перегрузки, необходимость быть всегда в «форме», отсутствие эмоциональной разрядки, большое количество контактов в течение дня, необходимость владения педагогической техникой.
- Педагоги, стремясь соответствовать этим требованиям, вынуждены беспрестанно повышать уровень профессиональной компетентности, что, в свою очередь, уже ведет к физическим и интеллектуальным перегрузкам, приводит к истощению эмоциональных ресурсов педагога.




В ходе семинара будут рассмотрены следующие вопросы:

- Технологии работы по профилактике эмоционального выгорания педагогов.
- Алгоритм оказания первой помощи при панических атаках.
- Способы управления гневом.
- Методы работы со стрессом.

Выступающие:

- Манаенкова Марина Анатольевна, педагог-психолог МБОУ «Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» г. Мичуринска
- Грипас Елена Викторовна, педагог-психолог МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова
- Невзорова Галина Васильевна, педагог-психолог МБДОУ «Детский сад «Подсолнух» г.Тамбова
- Хващевская Елена Евгеньевна, педагог-психолог МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №23 «Ручеек» г. Мичуринска

- 
- Приглашаем Вас присоединиться к **Telegram-каналу «Психологическая служба образования»**.
 - Для авторизации пользователей канала необходимо заполнить анкету по ссылке: <https://anketka.mgppu.ru/e/298/MhsITAul>
 - ФКЦ МГППУ Минпросвещения России приглашает присоединиться к Телеграм каналу "Психологическое сопровождение педагогических работников" <https://t.me/pedagogimgppu>

- В 2023 году будет проходить набор на магистерскую программу **«Экстренная психологическая помощь детям и родителям в системе образования»**, направление подготовки: 44.04.02 Психолого-педагогическое образование в ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет».
- Форма обучения: очная с применением дистанционных технологий.
- Срок обучения: 2 года.
- Требования к поступающим: бюджетные места по магистерской программе предоставляются лицам, окончившим обучение по программам: бакалавриата; специалитета до 2015 г.
- Просим ознакомиться с информационной памяткой и заполнить анкету абитуриента тем, кто планирует пройти обучение по данной программе. Анкетирование проводится в целях оперативной помощи и координации по вопросам поступления.
- Ссылка: <https://anketka.mgppu.ru/e/9436/KuCNak2v>