Информационная справка « Организация диагностики профессионального выгорания педагогов ОО Белинского района 2020-2021 учебный год

Многочисленные исследования показывают, что профессия педагога подвержена влиянию « выгорания». Это связано с тем, что профессиональный труд педагогических работников отличает очень высокая эмоциональная загруженность.

 В современных условиях деятельность педагога буквально насыщена факторами, вызывающими профессиональное выгорание: большое количество социальных контактов за рабочий день, предельно высокая ответственность, необходимость быть все время в « форме» и др.

 С целью профилактики профессионального выгорания педагогов два раза в год школах сел Невежкино, Лермонтово, Студенка, Пушанинино, городских №1 и №2 педагогами – психологами проведены тренинги на тему « Психологическое здоровье педагога», « Профилактика эмоционального выгорания»., в которых приняли участие более 120 учителей.

 В рамках тренинга педагоги оценивали степень подвержности эмоциональному выгоранию в ходе самодиагностики, пополняли знания о стрессе и профессиональном выгорании, знакомились и осваивали эффективные техники и приемы саморегуляции, снижения эмоционального напряжения. Важным итогом для каждого участника стало формирование мотивации к сохранению психологического здоровья.

 Педагоги, которые не смогли принять участие в тренинге, получили материалы в электронном виде.