

## Тренинг с педагогами

### «Психологическая компетентность педагога ДОУ».

Профессия педагога требует большой выдержки и самообладания. От многочисленных контактов с другими людьми он испытывает большие нервно-психические нагрузки, которые проявляются в сильном эмоциональном напряжении, частых стрессах, «эмоциональном выгорании». Педагоги-психологи Тененёва И.А., Зайцева Е.С. провели тренинг с педагогами ДОУ «Психологическая компетентность педагога ДОУ». Профилактика педагогического выгорания с целью знакомство педагогов с понятием «*профессиональное выгорание*», анализ педагогами собственных источников негативных переживаний, снятие напряжения, выявление наличия или отсутствия данного синдрома у себя, освоение методов профилактики синдрома эмоционального выгорания, освоение методов и приемов помощи самому себе и своим коллегам в ситуациях профессионального стресса.

