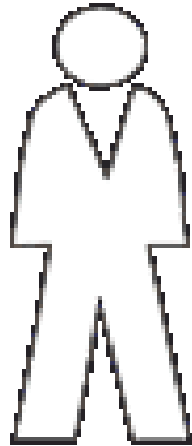
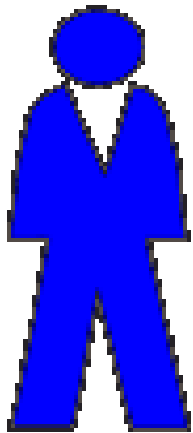
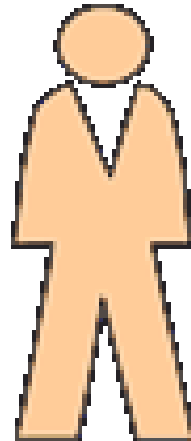
The image features a dark silhouette of a woman's head and hand on the left side. She is shown in profile, facing right, with her hand held out palm up. The background is a vibrant, fiery scene with swirling flames in shades of orange, red, and yellow, creating a sense of intense heat and energy. The overall composition suggests a theme of emotional intensity or burnout.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ
- это синдром, развивающийся на
фоне хронического стресса и
ведущий к истощению
эмоционально-энергетических и
личностных ресурсов работающего
человека.

Психо-эмоциональное истощение не должно достигать критических значений !!!



Деперсонализация



Сворачивание личных
достижений



Ослабление защиты
организма



Проверя трудоспособности !

СИСТЕМА КОМПОНЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Эмоциональ
ное
истощение

- снижение эмоционального фона, равнодушие или эмоциональное пресыщение).

Деперсонал
изация

- деформирование отношений с другими людьми или повышение зависимости от других, появление негативного к окружающим

Редукция
личных
достижений

- тенденция к отрицательному оцениванию себя, своих профессиональных достижений и успехов, ограничение своих возможностей, обязательств по отношению к другим

ЧЕМ ОПАСЕН ЭМОЦИОНАЛЬНО ВЫГОРЕВШИЙ ПЕДАГОГ?

- ЗАРАЖАЕТ АППАТИЕЙ И НЕВРОСТИЧНОСТЬЮ ДЕТЕЙ И КОЛЛЕГ
- ПОВЫШЕННАЯ НЕРВОЗНОСТЬ В ГРУППЕ, СОЗДАВАЕМАЯ КОНФЛИКТНОСТЬЮ И РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬЮ ПЕДАГОГА
- ФОРМИРУЮТСЯ РАЗЛИЧНЫЕ ФОРМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ, БЛАКИРУЮЩИЕ УМСТВЕННУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
- ОСЛАБЛЯЕТСЯ ВОЛЕВОЙ ПОТЕНЦИАЛ
- НАРУШАЮТСЯ УСЛОВИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ В ГРУППЕ

БЕЗУПРЕЧНОСТЬ ВОСПИТАТЕЛЯ – СТРЕССОВЫЙ ФАКТОР ДЛЯ НЕГО И ВОСПИТАННИКОВ

- ОЩУЩЕНИЕ НЕСОВЕРШЕНСТВА
- СНИЖЕНИЕ САМООЦЕНКИ
- ОТБИВАЕТСЯ ИНТЕРЕС К САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ



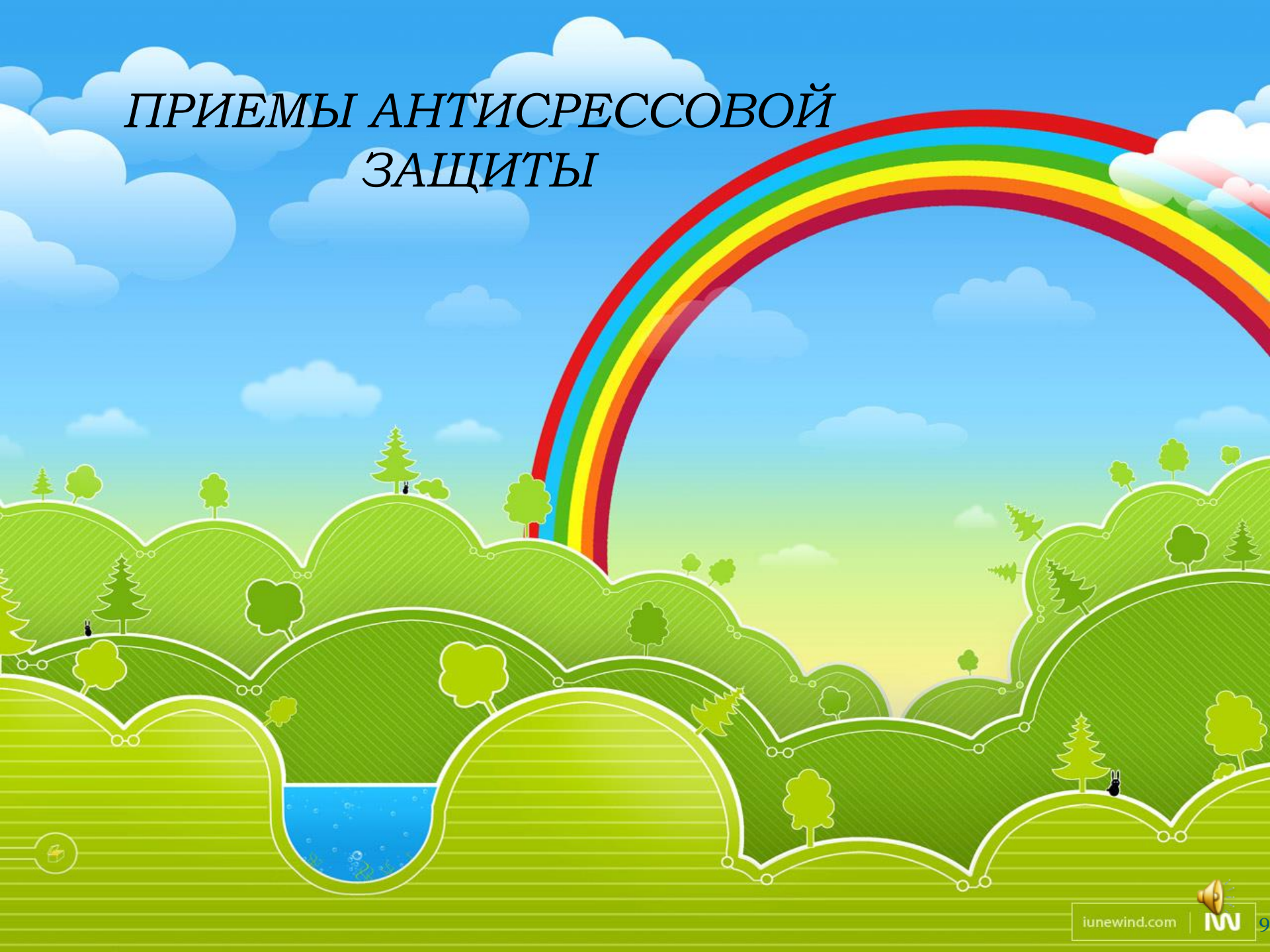


ПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ





ПРИЕМЫ АНТИСТРЕССОВОЙ ЗАЩИТЫ





























Бывают в жизни и черные деньки

...НО ВКУПЕ С ЯРКИМИ, ОНИ ЛИШЬ ДОБАВЛЯЮТ КОЛОРИТ!