



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
**«НИЖНЕКАЗАНИЩЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4 им. М.ХАНГИШИЕВА»**  
РЕСПУБЛИКА ДАГЕСТАН БУЙНАКСКИЙ РАЙОН, С. НИЖНЕЕ-КАЗАНИЩЕ 368205

## Отчёт о проведении тренинга для учителей «Психологическое благополучие педагога» в МКОУ «Нижеказанищенская СОШ №4»

16.12.2024г педагогом-психологом был проведён тренинг «Психологическое благополучие педагога» для учителей МКОУ «Нижеказанищенская СОШ №4».

Цель тренинга- снять эмоциональное напряжение у педагогов, освоить способы управления эмоционального состояния,

Во время занятия педагоги узнали, что такое эмоциональное выгорание, риски его возникновения, а также на практике освоили способы профилактики и борьбы со стрессом.

Тренинговое занятие включало упражнения «Приветствие», «Это я, это я- посмотрите на меня!», «Тест геометрических фигур», «Ассоциации с игрушкой», «Квадрат», «Пожелания по кругу», тренинг «Сплочение коллектива», «Пять добрых слов», «профессиональное будущее», Медитация «Встреча с ребёнком внутри себя», проблемную ситуацию, вопросы для дискуссии. Проигрывание игровых ситуаций помогает снять психическое, эмоциональное и мышечное напряжение, сформировать доверительные отношения ко всем участникам занятия. Педагоги приняли активное участие в проведении тренинга, ждали их продолжения, использовали в своей деятельности приобретённые навыки и умения, делились впечатлениями.

В целом, результаты встречи педагогами отмечены как положительные. Все участники высказались о необходимости подобных занятий, их пользе для выстраивания взаимоотношений со всеми членами коллектива.

Охвачено: 21 педагог



