



Программа тренинга эмоциональной разгрузки «ВДОХновение»

Целевая аудитория: педагоги школ Ирбейского района

Цель мероприятия: восполнение психоэмоционального ресурса педагога средствами проработки помогающих психологических практик.

Место, дата и время проведения: аудитории МКУ «ММЦ», 29 апреля 2022 г., с **10.00** до **14.00** ч.

Ведущие (тренеры): педагоги-психологи школ Ирбейского района

Модераторы: методисты МКУ «ММЦ»

Комнаты/время общения/цели для участников

Регистрация участников: с 9.30. до 9.55 ч

Начало тренинга: в 10.00 ч.

Завершение тренинга: в 14.00 ч

1. «Вводная комната» (50 мин) (кабинет ИКТ)

Цель: выявить проблемы, связанные с причинами профессионального выгорания педагогов школ

Ведущий: Синельникова Татьяна Александровна
(8(913)036-22-97)

2. «Комната самооценки и уверенного поведения педагога» (40 мин) (библиотека)

Цель: определение взаимосвязи самооценки педагога и уровня его профессиональной тревожности.

Ведущий: Каледа Ольга Владимировна (8(913)586-22-03)

3. «Комната тайм-менеджмента педагога» (40 мин) (кабинет ТПМПК)

Цель: ориентация в эффективности распределения собственного времени

Ведущий: Белозёрова Юлия Александровна

4. «Комната техник отказа в педагогических ситуациях» (40 мин) (актовый зал)

Цель: отработка техники отказа в педагогических ситуациях

Ведущий: Кудрявцева Наталья Владимировна
(8(950)438-31-74)

5. «Комната результатов» (до 30 мин) (кабинет ИКТ)

Цель: рефлексия собственной деятельности; освещение результатов «перезагрузки» деятельности;

Ведущий: Синельникова Татьяна Александровна

Ведущий: Синельникова Татьяна Александровна

Модераторы групп:

- Белозёрова Юлия Александровна
- Каледа Ольга Владимировна
- Катаева Наталья Александровна

