Конец первого полугодия – время, когда у педагогов накапливается усталость, эмоциональное напряжение. Они тратят много сил и энергии на образовательный процесс, забывают о своих желаниях и потребностях, ставя их на последнее место, что приводит к эмоциональному выгоранию.

По сложившейся традиции, в конце декабря, 19.12.2019 г., в нашем детском саду педагог-психолог Е.А. Афанасьева провела предновогодний тренинг для педагогов с целью снятия стресса, поиска личных ресурсов, постановки профессиональных и личных целей на будущий год, получения установки на качественный отдых.

Новый год – хорошая точка для восстановления личных ресурсов и очень важно, чтобы педагоги набрались сил перед вторым полугодием. Также это способ групповой рефлексии достигнутых результатов за прошедший год и возможность постановки профессиональных и личных целей на будущий год. Педагоги подвели итоги уходящего года, ответили для себя на вопросы о том, что для них важное и знаменательное произошло в 2019 году, поставили цели на год грядущий. Немного отдохнули, душевно пообщались.

Информация подготовлена педагогом-психологом Е.А. Афанасьевой