

Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
Василеостровского района Санкт-Петербурга

Работа с педагогами по профилактике профессионального выгорания

Период: 2018-2020 гг.

1. Психодиагностические мероприятия.

Обследования педагогов по темам «Исследование психо-физиологического состояния, работоспособности с помощью устройства психофизиологического тестирования «Психофизиолог» (индивидуально, возможно обследование всего педколлектива), «Исследование социально-психологического климата педколлектива» - 127 человек.

2. Практические семинары по теме «Профилактика профессионального выгорания».

Семинар состоит из 3 частей длительностью 3 часа каждый. Включает теорию, практические упражнения.

Количество обученных педагогов-365 человек.

3. Программа по профилактике профессионального выгорания у педагогов и специалистов службы сопровождения «АРТ-РЕСУРС» на базе ЦППМСП Василеостровского района.

Цель: повышение психолого-педагогической компетентности и эффективности работы педагогов ОУ через профилактику эмоционального выгорания.

Задачи:

- познакомить педагогов с понятием «эмоциональное выгорание», симптомами его проявления, этапами формирования, причинами возникновения и способами профилактики;
- снизить уровень эмоционального напряжения;
- содействовать активизации личностных ресурсных состояний;
- сформировать установку на сохранение и укрепление психического здоровья.

Форма работы: групповая (в тренинговом формате)

Категория участников: педагоги и сотрудники ОУ учреждений Василеостровского района. Количество занятий: 20

Продолжительность занятия - 1,5-2 часа.

Ожидаемые результаты:

повышение уровня компетентности в вопросах психического здоровья;

повышение уровня стрессоустойчивости у педагогов;

снижение уровня эмоционального напряжения;

повышение работоспособности.

2018-2019 уч. год прошли занятия по программе 10 человек.

4. Мероприятия методической направленности.

4.1. Практический семинар «Профилактика негативных психологических последствий у психологов РСЧС после участия в оказании экстренной психологической помощи» -16 человек.

4.2. Районный семинар «роль школьной службы медиации в сохранении психологического здоровья коллектива» - 29 человек

4.3. Городской семинар «Мотивация профессионального развития педагогического работника как средство повышения эффективности деятельности образовательного учреждения» в рамках городского учебно-методического объединения методистов государственных учреждений дополнительного образования по работе с отделениями дополнительного образования детей государственных общеобразовательных учреждений. В рамках семинара проведены практикумы специалистами ЦППМСП по следующим темам:

- «Профилактика профессионального выгорания как одно из условий повышения мотивации педагога (знакомство с релаксационными техниками)»
 - «Поиск личностных ресурсов для повышения мотивации педагога (с применением метода песочной терапии)»
- Количество участников- 22 человека.

4.4. Открытое занятие для педагогов «Ресурсы стрессоустойчивости».
Количество участников- 10 человек.

4.5. Вебинар для классных руководителей «Жизнь и работа в условиях кризиса». Проведено 2 мероприятия, количество участников - 33 человека.

4.6. Городской семинар «Здоровьесберегающие технологии в работе психолога по профилактике профессионального выгорания педагогов». Количество участников – 82 человека.
Общее количество участников- 192 человек.

5. Проведен районный психологический конкурс «Лучшее из практики педагогов-психологов» по теме «Методы и технологии в работе психолога по сохранению здоровья педагогов».