

ОХРАНА ТРУДА УЧИТЕЛЯ.

Почему мы получаем пенсию по выслуге лет?

Почему у нас большой отпуск?

Почему в Америке учитель может работать 15 лет , а потом сдает труднейшие экзамены на профпригодность?

При выявлении профпригодности человека сообщают:

- 1). опасности
- 2). льготы
- 3). затраты этой профессии.

Мы информаторы.

Каналы, через которые поступает информация:

1. Вербальный - с помощью слова

(речь, лев. полушарие, реч. центр, кодирование информации - цифра, буква; передача и.т.д.)

Звуковые средства и не поддающиеся кодировки шумы, междометия, тон.

Тембр более низкий - больше доверия.

Чем больше раздражаемся, тем выше тембр - дети не воспринимают.

Темп речи:

умеренный с детьми

быстрый со взрослыми.

Громкость голоса, акценты, эмоциональная окраска речи.

2. Невербальный канал

а. мимика

б. жестикауляция

в. ступни ног

г. позы

д. пантомимика

е. практемика (владение пространством)

ж. таксесика (прикосновения)

100% информации передаются таким образом:

слово-7% (левое полушарие у детей формируется до 12 лет)

интонация – 38%

лицом и телом – 55%

(«Язык телодвижений» Аллан Пиз)

Очень много времени люди общаются на языке тела, намного больше, чем простым языком. Этот язык универсальный для всех народов и понятен каждому, но только подсознательно.

•Трудности на работе:

1.Вынужденное общение

обычный человек общается-10-15мин

2.Интеллектуальный износ

отказ речевого центра.

3.Нарушение собственного пространства

у человека 0,5 м. собственного

пространства и если его нарушают –

угроза.

4.Работа на адреналине

химия человека исправляется 20 мин.

5.Шумовой фон

6.Нельзя копить эмоциональные

проявления



В результате:
волевой + интеллектуальный
+ эмоциональный износ =
психический износ

Г.Тверь

Центр психического здоровья

(за Волгой, 15 марш., от ИУУ ост.- ул.

Шмидта, от вокзала - ул.Ульянова.)

52-46-18 регистратура

на Фурманова (из собственной практики

психолога Самсоновой Т.Е. – лучше

помогут: Овштейн Т.Б. (для детей),

Царева , Васильева Т.М. (для взрослых).

Синдром эмоционального
выгорания-10лет, поэтому

я- в центре своего сознания и жизни.

1\3 – работа

1\3 – семья

1\3 – я у себя любимая.

Необходимо полюбить себя, тогда с
тобой будут считаться окружающие.

Необходимо уметь абстрагироваться, не накапливать стресс («сложенные руки, кнопка ОМОНа»).

Не надо решать свои проблемы за мой счет.

Родители не должны знать наш телефон – нарушение прав человека.

Пришел домой, отключись от работы, работу надо стараться делать на работе.

Чаще надо говорить своим близким и любимым: «Я тебя люблю, я скучаю по тебе».

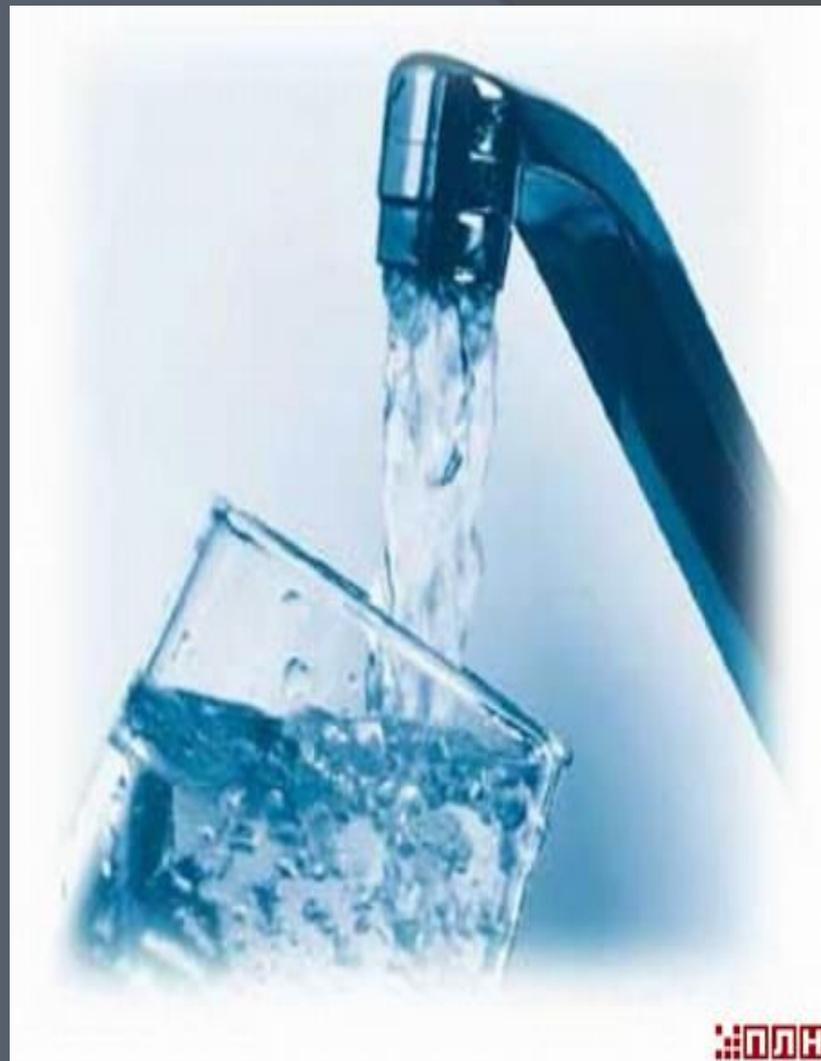
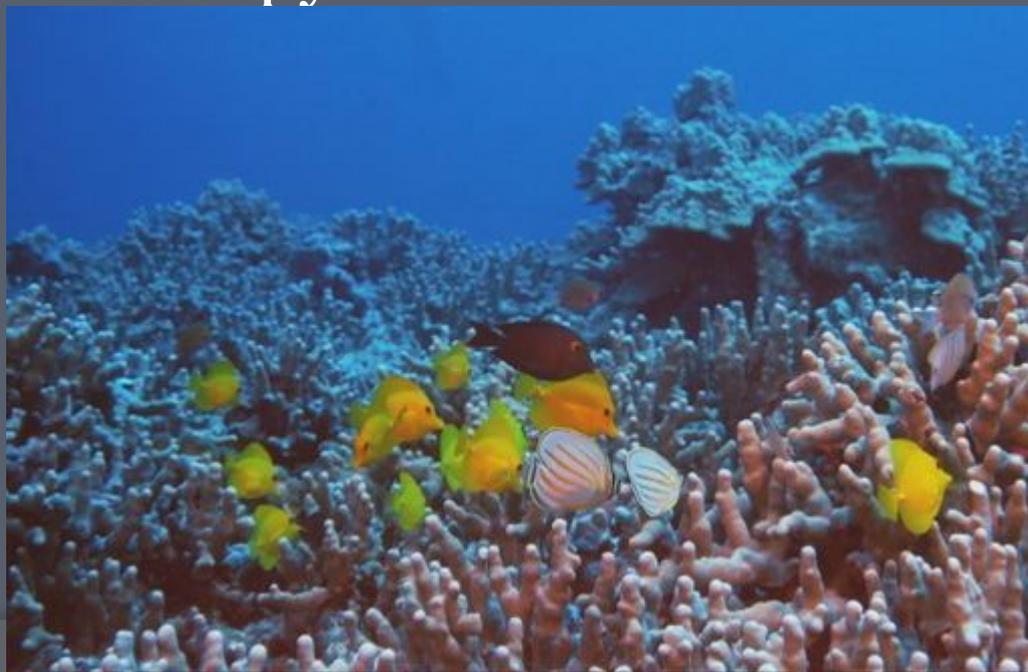
После уроков неизбежна агрессия.
Агрессивно-напряженные люди, способны
на неадекватные поступки (сбросить
отрицательную энергию на домашних,
случ. в Тверс. обл., следствие обвала в
одной из российских шк.)



20% стимуляции мозга
водой.

Если пить во время
уроков, все зажимы
снимаются.

Любоваться аквариумом,
мыть руки.



После работы стараться
пройтись пешком,
дотрагиваться до
деревьев
(одни деревья поглощают
агрессию -черемуха,
тополь, осина, ель; другие
– дают энергию – липа,
дуб, клен.)
Необходимо иметь хобби.
Абстрагироваться от
проблем
на работе.



Улыбайтесь :-)





спасибо за внимание