

**Психологическая  
компетентность и  
эмоциональная стабильность  
педагогов**

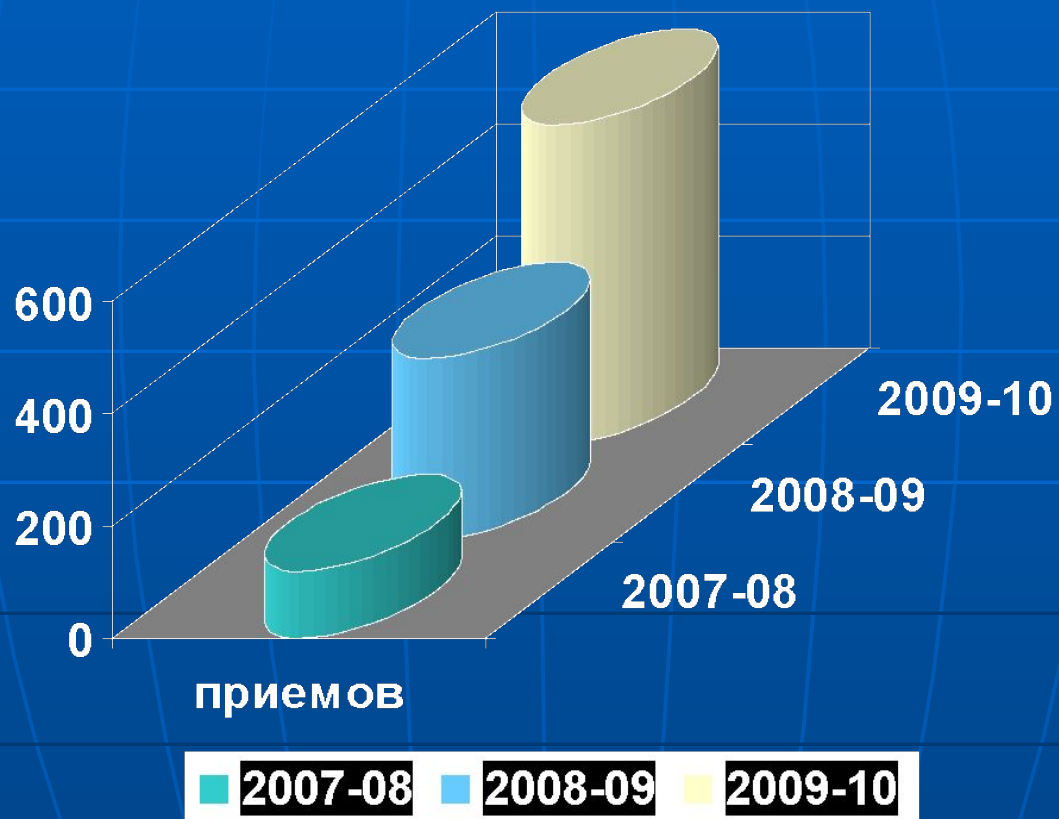
*МОУ для детей, нуждающихся в  
психолого-педагогической и  
медико-социальной помощи  
«Центр диагностики и  
консультирования № 1»*

Управление образования администрации района

Управление и учреждения социальной защиты

Отдел опеки и попечительства





# Актуальность



возрастающий объем физических и нервно-физиологических нагрузок педагогов



истощение эмоционально-энергетических и личностных ресурсов педагогов

# Психологические семинары с элементами тренинга

- **Конфликтная компетентность педагогов;**
- **Профилактика эмоционального выгорания;**
- **Самопрезентация в деятельности педагога;**
- **Педагогическая осознанность педагогов.**

**Цель:** повышение психологической компетентности и развитие эмоциональной стабильности педагогов



**Цель:** Обеспечение оптимальных условий образовательной среды, способствующих сохранению и укреплению психологического здоровья участников образовательного процесса, их успешной социализации и самореализации.



# Конфликтная компетентность педагога

Цель:

- повышение коммуникативной и социально-психологической компетентности педагогов;
- овладение способами работы по формированию эффективного поведения в конфликтных ситуациях и конструктивного разрешения конфликтов.

# Конфликтная компетентность

- Понятие и сущность конфликта;
- Виды конфликтов (деловые, личностные);
- Положительные и отрицательные качества конфликта;
- Барьеры межличностного общения;
- Поведение, стимулирующее развития конфликта;
- Стадии протекания конфликта;
- Психологические причины конфликт;
- Специфика конфликтов в образовательных учреждениях;
- Основные стратегии поведения в конфликте (конкуренция, сотрудничество, компромисс, уклонение, приспособление);
- Правила ведения конфликтного разговор;
- Алгоритм конструктивного решения конфликтной ситуации





# Алгоритм конструктивного решения проблемы

- Описание конфликтной ситуации;
- Чувства участников конфликта;
- События, приведшие к конфликту;
- Потребности и желания участников конфликта;
- Формулировка проблемы;
- Общая цель участников конфликта;
- Препятствия на пути к достижению цели;
- Возможные варианты решения проблемы;
- Наиболее оптимальный способ решения.

# Профилактика эмоционального выгорания

Цель:

-  привлечение внимания к проблеме необходимости сохранения и укрепления психологического здоровья педагогов;
-  демонстрация широкого спектра технологий и приемов, направленных на профилактику эмоционального выгорания.

# Профилактика эмоционального выгорания

- Понятие «эмоциональное выгорание»;
- Стадии эмоционального выгорания;
- Аспекты эмоционального выгорания (снижение самооценки, трудности в установлении контактов, эмоциональное истощение, соматизация);
- Симптомы эмоционального выгорания (психофизические, социально-психологические, поведенческие симптомы);
- Условия (факторы) эмоционального выгорания (личностные, ролевые, организационные).
- Качества, помогающие педагогу избежать эмоционального выгорания;
- Способы преодоления эмоционального выгорания.

# Способы преодоления эмоционального выгорания

- Способы, связанные с управлением дыханием;
- Способы саморегуляции;
- Способы, связанные с управлением тонусом мышц, движением;
- Способы, связанные с воздействием слова;
- Способы, связанные с использованием образов.

Спасибо за внимание !