


## ВЕДОМОСТЬ

Семинар №	147
Название	«Психологическая самозащита от профессионального выгорания»
Категория участников	учителя школ Брянской области, участвующих в проекте «500+»
Дата проведения	03.11.2022
Руководитель	Морозова Е.М.
Количество часов	6 (шесть )
Число участников	20
Приказ на проведение по ГАУ ДПО «БИПКРО»	1237-у от 01.11.2022

Утверждаю

Ректор ГАУ ДПО «БИПКРО»

  
П.В.Матюхина

## ПРОГРАММА

вебинара для педагогических работников проекта «500+»  
«Психологическая самозащита от профессионального выгорания»

Дата: 03.11.2022

Начало : 10.00.

1. Понятие профессионального выгорания и стадии выгорания.  
Морозова Е.М. старший преподаватель отдела мониторинга и  
аналитики ЦНППМ ГАУ ДПО «БИПКРО»
2. Факторы риска профессионального выгорания.  
Морозова Е.М. старший преподаватель отдела мониторинга и  
аналитики ЦНППМ ГАУ ДПО «БИПКРО»
3. Методы профилактики выгорания.  
Морозова Е.М. старший преподаватель отдела мониторинга и  
аналитики ЦНППМ ГАУ ДПО «БИПКРО»
4. Подведение итогов вебинара. Обратная связь от участников.  
Морозова Е.М. старший преподаватель отдела мониторинга и  
аналитики ЦНППМ ГАУ ДПО «БИПКРО»

Руководитель семинара



Е.М. Морозова

## Аналитическая справка

Согласно плану работы ЦНППМ ГАУ ДПО «БИПКРО» 03 ноября 2022 года состоялся вебинар для педагогических работников ООО, участвующих в проекте «500+» Брянской области. Тема вебинара: «Психологическая самозащита от профессионального выгорания».

Категория участников: учителя школ Брянской области, участвующих в проекте «500+» - 20 человек.

Цель мероприятия: обучить методам профилактики профессионального выгорания, обусловленного психотравмирующими факторами организационного и личностного направлений.

Семинар проводился с использованием дистанционных технологий на платформе СДО в режиме очного участия.

Докладчик: Морозова Е.М. старший преподаватель отдела мониторинга и аналитики ЦНППМ ГАУ ДПО «БИПКРО».

Актуальность темы профессионального выгорания обусловлена практическим запросом. Высокая эмоциональная включенность педагогов в деятельность, жёсткие временные рамки деятельности, организационные моменты педагогической деятельности и ответственность перед администрацией, родителями и обществом в целом за результат своего труда провоцируют профессиональное/эмоциональное выгорание.

В целях профилактики выгорания, участники вебинара были ознакомлены с понятием и стадиями эмоционального выгорания, факторами риска. Исходя из существующих факторов риска были определены основные направления профилактики эмоционального выгорания. Так как изменение организационных условий не всегда возможно в силу объективных причин, предложенные меры по профилактике синдрома профессионального выгорания педагогов были направлены на пополнение, увеличение личностных ресурсов педагогических работников. Также участники вебинара обменялись личным опытом в сфере профилактики выгорания.

В обратной связи педагоги отметили важность темы, полезность полученной информации. Также отметили, что следует пересмотреть некоторые организационные моменты своей жизни.