

СОГЛАСОВАНО

Методист (куратор) МАУ ДПО «ЦНМО»

Л.А. Кандакова  
«19» октября 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ПГ

Т.В. Мужикова  
«19» октября 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ДПО «ЦНМО»

К.В. Малахова  
«19» октября 2022 г.

## ПЛАН РАБОТЫ

### ПГ «ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ПЕДАГОГА КАК ВНУТРЕННИЙ РЕСУРС» НА 2022 -2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

Цель: объединение усилий педагогов-психологов, для определения эффективных и актуальных форм профилактики и психокоррекции профессионального выгорания педагога.

Задачи:

1. Изучить теоретические основы феномена профессионального выгорания;
2. Инициировать участие педагогов-психологов в методических мероприятиях, проектах и курсах повышения квалификации;
3. Создать кейс по профилактике эмоционального выгорания, личностной и профессиональной деформации педагогических работников;

Актуальность проблемной группы:

Чрезмерные профессиональные нагрузки, нервное перенапряжение, частый либо постоянный стресс приводят к тому, что педагог становится подвержен феномену эмоционального выгорания. Эмоциональное выгорание опасно как для них самих педагогов, так и для всех участников образовательного процесса. Результатом такого длительного стрессогенного воздействия на педагога может быть хроническая подавленность, усталость, апатия, равнодушие к жизни, повышенная конфликтность, а также презентеизм – когда педагог проводит на рабочем месте больше времени, чем требуется, но в силу плохого самочувствия работает менее эффективно, чем обычно. Поскольку полностью исключить влияние негативных и вредных факторов в процессе работы невозможно, то огромное значение имеет своевременно оказанная помощь по профилактике и психокоррекции эмоционального выгорания педагогу.

Формы методической работы: консультация, дискуссионная площадка, круглый стол, мастер-класс.

Предполагаемый продукт работы: кейс практических материалов для педагогов-психологов

№	Тема заседания	Срок	Ответственный
1	1. Определение списка педагогов психологов; 2. Планирование тематики и форы	18.10.2022	Мужикова Т.В.

	методической работы; 3. Создание группы в социальной сети ВКонтакте для информационно – методического сопровождения работы ПГ.		
2	Круглый стол «Первая встреча с группой: плюсы и минусы». <ul style="list-style-type: none"> <li>Анализ и рефлексия предложенных форм взаимодействия с педагогами</li> <li>Поиск инновационных, оригинальных и действенных практик помощи педагогу</li> </ul>	15.11.2022	Мужикова Т.В.
3	Мастер-класс: «Все под контролем!» <ul style="list-style-type: none"> <li>Практики самопомощи в стрессовой ситуации</li> </ul>	20.12.2022	Мужикова Т.В.
4	Дискуссионная площадка: «Кратко, емко и содержательно» <ul style="list-style-type: none"> <li>Рефлексия своего опыта, презентация методик, форм, «лайфхаков» при взаимодействии с педагогами</li> </ul>	17.03.2023	Мужикова Т.В.
5	Межтерриториальная практическая конференция узких специалистов	Апрель, 2023	Мужикова Т.В.
6	Круглый стол: «Итоги, перспективы» <ul style="list-style-type: none"> <li>Подведение итогов работы проблемной группы</li> </ul>	16.05.2023	Мужикова Т.В.

#### Межсессионная работа

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1	Дистанционное общение в беседе ПГ «Эмоциональное состояние педагога как внутренний ресурс» в социальной сети «ВКонтакте»	В течение года	Мужикова Т.В.
2	Информирование педагогов-психологов о предстоящих конкурсах, курсах, проектах и пр.	В течение года	Мужикова Т.В.

3	Разработка авторского материала, программного содержания по заявленной проблеме	В течение года	Мужикова Т.В.
4	Консультирование по темам заседаний, сложным вопросам	В течение года	Мужикова Т.В.