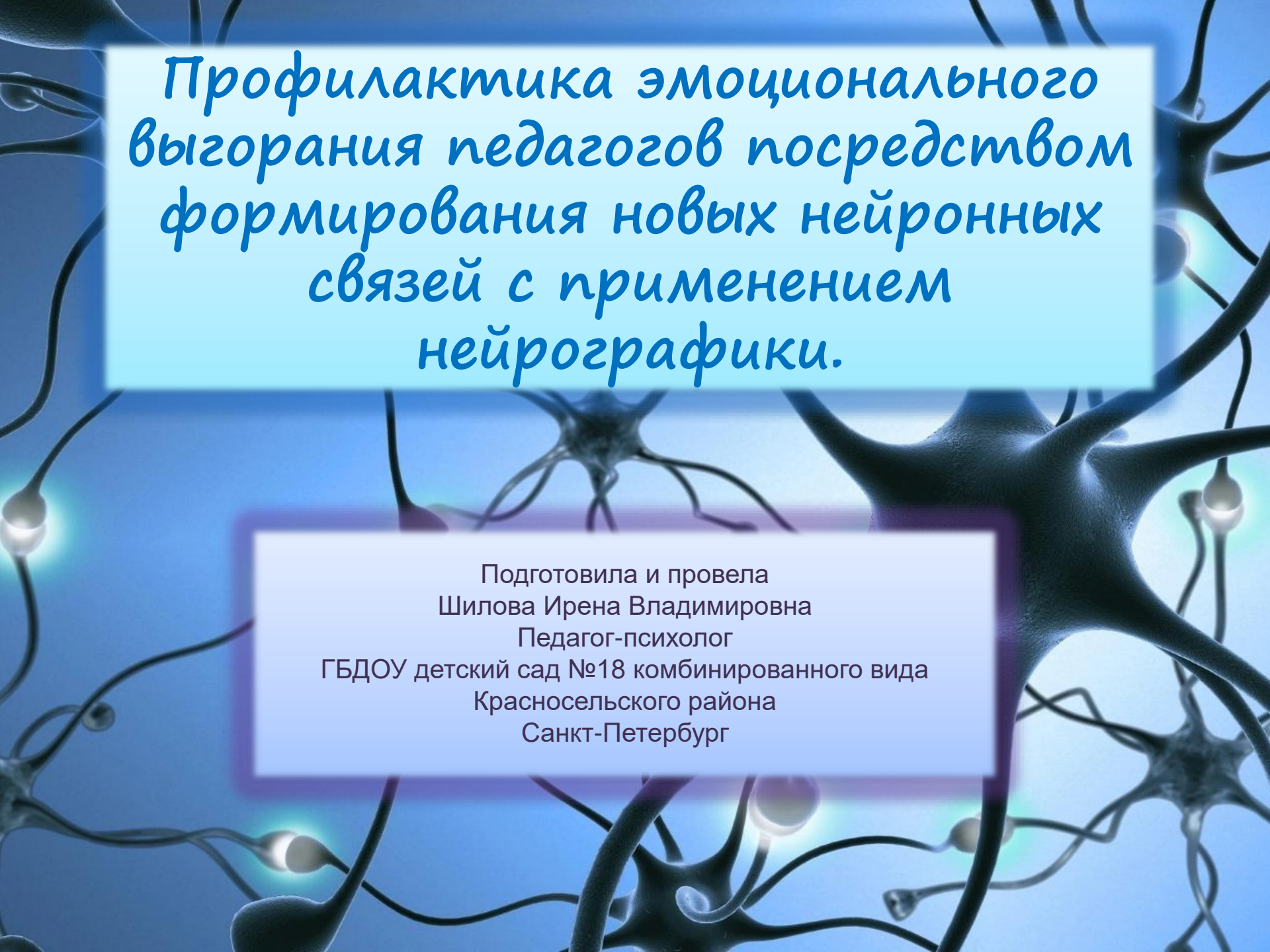




Профилактика эмоционального выгорания педагогов посредством формирования новых нейронных связей с применением нейрографики.

Подготовила и провела
Шилова Ирена Владимировна
Педагог-психолог
ГБДОУ детский сад №18 комбинированного вида
Красносельского района
Санкт-Петербург

Стадии эмоционального выгорания

Отчуждённость

Полное эмоциональное и физическое истощение, отсутствие интереса к разным сферам жизни, Деятельность на уровне «автопилота»

Увлечённость

Легкая возбудимость, неспособность сфокусировать внимание, завышенные требования и ожидания

Самоотстранение

Снижение интереса к разным сферам жизни, Поиск виноватых, нежелание общаться с людьми, силы не восстанавливаются после сна и отдыха

Разочарование

Физическая и моральная усталость
Понимание, что необходимо что-то менять, поиск новых знаний

НейроГрафика –

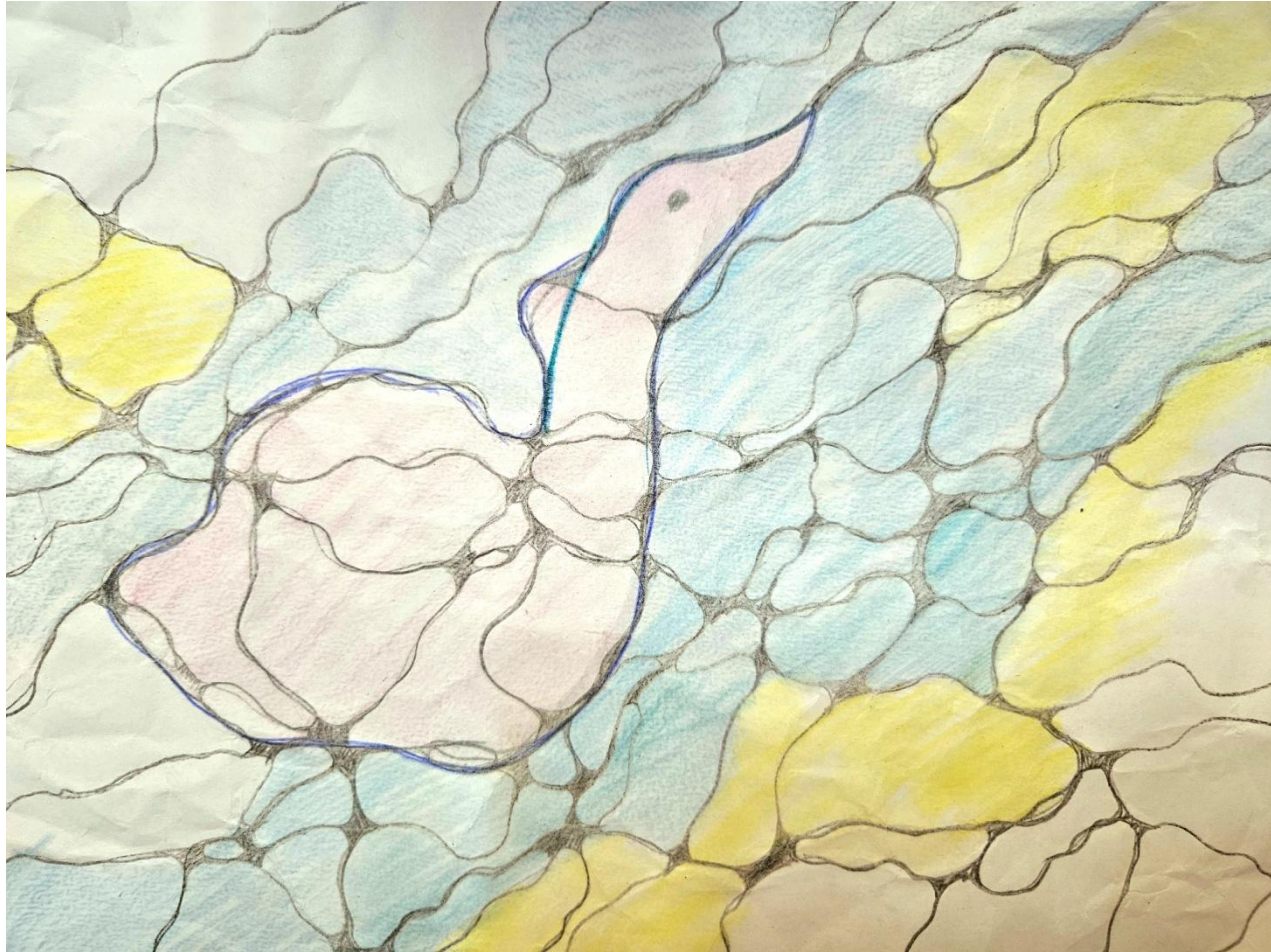
метод, с помощью которого человек может конструировать свою жизнь, управлять ею, организовывать обстоятельства экологично, чтобы никому не навредить.

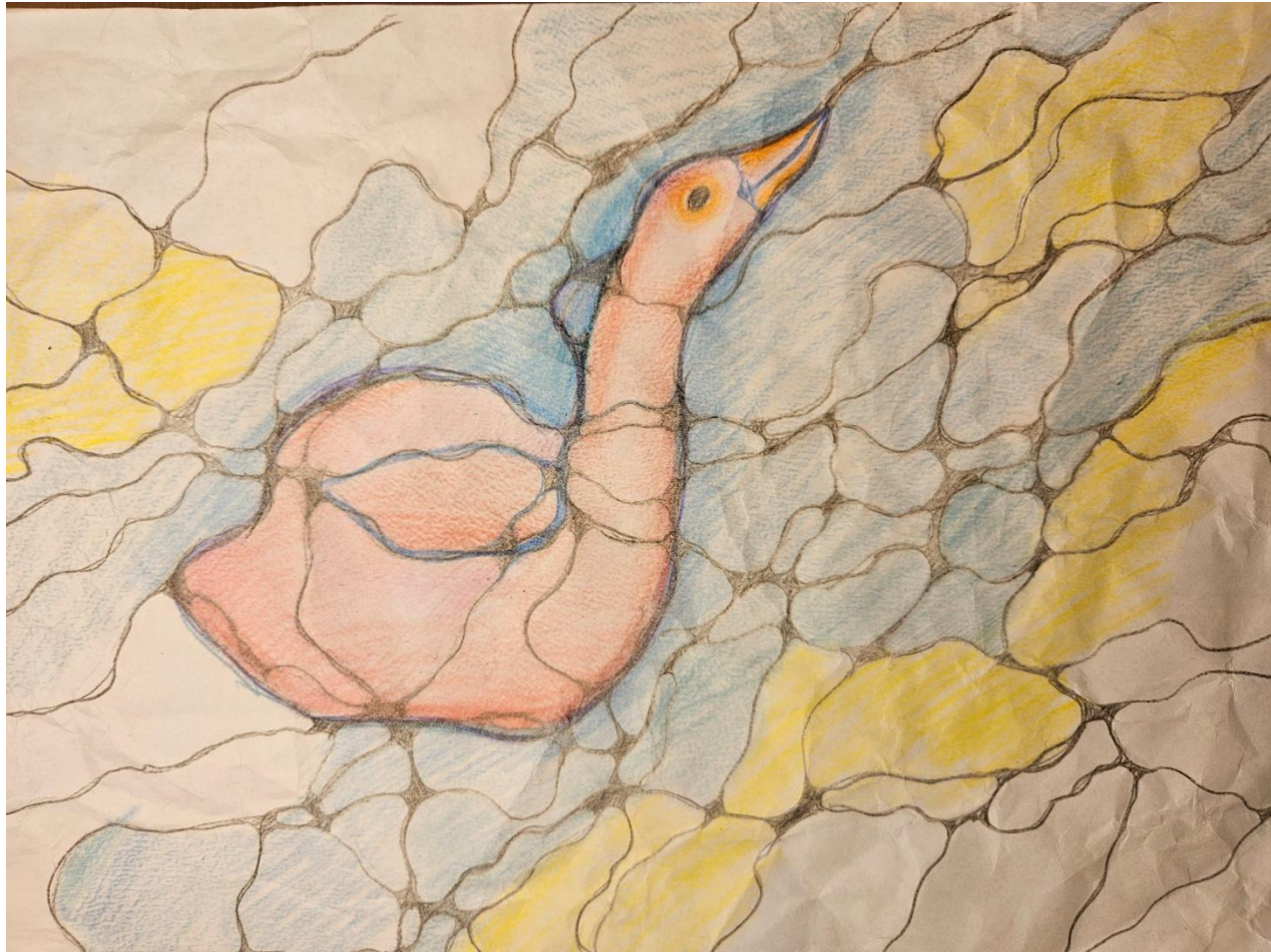
П.М.Пискарев

Техника «Прости-прощай»











Быстрая помощь



