

---

**Психологический тренинг  
с педагогами ДОУ  
по профилактике  
эмоционального выгорания**

**Подготовила:  
Педагог-психолог МДОУ «Детский сад  
комбинированного вида №131»  
Матвеева Татьяна Сергеевна**







<http://germesttravel.com.ua>





- 
- Дети
  - Работа
  - Друзья, родственники
  - Я
  - Муж, жена

- 
- 1.Я
  - 2.Муж,жена.
  - 3.Дети.
  - 4.Работа.
  - 5.Друзья, родственники





- 
- ▣ **Личностные**
  - ▣ **Организационные**
  - ▣ **Социальные**



- 
- ▣ **Близкие люди (семья)**
  - ▣ **Работа**
  - ▣ **Интересы, увлечения, хобби**
  - ▣ **Друзья**

<b>Психологическая причина болезни</b>	<b>В каком органе проявляется болезнь</b>	<b>Повторяйте себе несколько раз в день</b>
Долгая неразрешенная эмоциональная проблема	Высокое давление	<i>Я с радостью отпускаю прошлое, я спокоен</i>
Самокритика, страх	Головная боль	<i>Я люблю и одобряю себя</i>
Ощущение обреченности, тяжелые мысли, горечь	Желудок	<i>Я люблю себя. Я с радостью освобождаюсь от прошлого</i>
Черствость, отказ от радости	сосуды	<i>Я принимаю радость и хочу замечать все хорошее. Любовь наполняет меня с каждым ударом сердца</i>
Хроническое нытье	Печень	<i>Я ищу радость и любовь, везде ее нахожу</i>











---

□ *Если Вы хотите  
иметь то, что НИКОГДА  
не имели,  
начните делать то,  
что НИКОГДА не делали*







---

*Спасибо за внимание!*