
**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**

Психологическая причина болезни	В каком органе проявляется болезнь	Повторяйте себе несколько раз в день
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!