

Сегодня на базе нашего ДООУ для воспитателей и специалистов педагогом-психологом был проведен тренинг «Осенний дождь». Цель которого профилактика профессионального выгорания, снятие психоэмоционального напряжения в осенний период и формирование позитивного мировосприятия в наше непростое время. Во время тренинга педагоги смогли не только снять психоэмоциональное напряжение, но оценить свою способность адаптироваться к новым обстоятельствам. Исследовали привычную реакцию на неприятности в процессе рисования. Кто-то осознал свои потребности и желания, а кто-то реально оценил свои ресурсы для борьбы с трудностями. Все ушли с радужным настроением. В любом случае время, проведенное вместе принесло положительные эмоции и заряд бодрости! Теплой всем осени!

