

«Утвержден»
Приказом № 65 от 19.09.2025г.
Заведующий МДОАУ «Детский сад № 1»
Стецук О.А.



**План работы педагога-психолога
по предупреждению профессионального выгорания и сохранение
психологического здоровья педагогов МДОАУ «Детский сад № 1»
на 2025-2026 учебный год.**

Цель: укрепление психологического здоровья и профилактика эмоционального выгорания и деформации личности педагога.

Задачи:

- повысить уровень психолого-педагогической компетентности педагогов;
- познакомить педагогов с понятием «синдрома эмоционального выгорания», его стадиями, причинами, симптомами, способами профилактики;
- обучить педагогов навыкам психофизиологической саморегуляции;
- обучить приемам саморегуляции через творчество;
- познакомить педагогов со способами восстановления эмоционального состояния;
- формировать позитивные взаимоотношения, взаимопонимания между педагогами.

№	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Примечание
1.	Диагностика: - Анкета для родителей «Удовлетворенность родителей взаимодействием с педагогами ДОУ»; - Опросник для воспитателей «Профессиональное выгорание педагога»	октябрь, 2025 г.	
2.	Круглый стол: «Образ педагога»	октябрь, 2025 г.	
3.	Психологическая зарядка	1 раз в месяц	
4	Мастер-класс: «Арт-терапия как способ снятия психоэмоционального напряжения»	декабрь, 2025 г.	

5.	Занятие: «Помоги себе...»	Февраль, 2026 г.	
6.	Деловая игра: «Вместе мы сила»	Май, 2026 г.	

Педагог-психолог



Леничкина И.В.