Профессиональное выгорание педагогов.

В каждой профессии есть моменты, когда человек вынужден задуматься о том, оставаться ему в этой профессии или нет. Так как наступают такие моменты, когда ты думаешь, что уже всё, ничего не подходит и ничего не хочется.

Учитель - это человек, который каждый день сталкивается с различными профессиональными трудностями. Причём они бывают разного характера. На уроке учитель должен создать такую атмосферу, чтобы каждый ученик был заинтересован в образовательный процесс, т. е выстроить урок так, чтобы было интересно и отработаны всё УУД. Также учитель встречается с родителями, к которым так же необходим индивидуальный подход.

Помимо всего перечисленного учитель должен заполнять огромную кипу бумажной документации без которой нельзя обойтись.

Всё это накладывает на учителя огромную нагрузку и выводит из строя. Поэтому каждому учителю необходимо давать возможность восстановить свои силы. Для того, чтобы уроки были продуктивными, а эмоциональное состояние в норме.

В настоящее время, в современном обществе для учителей созданы различные психологические, эмоциональные, арт - тренинги. Где каждый учитель может восстановить свои энергетические, психологические и физичеологические ресурсы.