

## Практичне заняття № 3

### Тема. Благополуччя педагогів

**Мета:** навчити усвідомлювати, як життєві труднощі впливають на благополуччя педагогів; розуміти вплив благополуччя педагогів на благополуччя дітей; проаналізувати захисні фактори та фактори ризику на різних рівнях.

Хід заняття:

#### 1. Активність «Зорепад емоцій». ( 2 бали)

На слайді презентації викладач пропонує заповнити **«Щасливий контейнер»** та **«Сумний контейнер»**.

Викладач запрошує учасників написати **дві речі**, які засмучують їх, і **чотири речі**, які роблять їх щасливими. Щойно учасник зафіксував свої ідеї, викладач пропонує учасникам записати ідеї на слайді в довільному порядку, використовуючи наступне твердження: **«Коли я сумую через ..., я можу ..., щоб почуватися краще»**.

2. Створити таблицю **захисних факторів і факторів ризику** відповідно до одного з рівнів (особистий, професійний, громадський та глобальний) і всіх сфер благополуччя (самореалізація, запобігання емоційному виснаженню та стресу, задоволення від роботи, соціально-емоційна компетентність), спираючись на додаток «Благополуччя педагогів». ( 3 бали )