

Анықтама

Күні: 14.01.2026 ж

Тақырыбы: **«Кәсіби шаршаудың алдын алу»**

Өткізілген орны: Медициналық жоғарығы колледжі

Уақыты: 10:00

Қатысушылар: Колледж жас мамандары, мұғалімдері.

Колледж психологтары А.Б. Бохаева мен А.С. Опашева ұйымдастыруымен оқытушылар арасында **«Кәсіби шаршаудың алдын алу»** психологиялық тренинг өткізілді.

Тренингтің мақсаты – педагогтердің кәсіби күйзелісін алдын алу, эмоционалдық тұрақтылығын арттыру, стресс факторларын жеңу және өзін-өзі реттеу дағдыларын дамыту.

Іс-шара барысында мұғалімдерге кәсіби шаршаудың негізгі белгілері мен себептері түсіндіріліп, практикалық жаттығулар, топтық жұмыстар және релаксациялық техникалар жүргізілді.

Тренинг нәтижесінде қатысушылар өздерінің психоэмоционалдық жағдайын бағалап, кәсіби қызметте қолдануға болатын тиімді әдіс-тәсілдермен танысты.

Тренинг жоспарға сай, жоғары деңгейде ұйымдастырылып өткізілді.

Колледж психологтары

А.Б.Бохаева

А.С. Опашева

