Методические рекомендации, программы тренингов и занятий, банк упражнений, используемые Дегтяревой О.А. педагогом-психологом МБДОУ «Лукоморье» п. Дмитриадовка в работе с педагогами и родителями по стабилизации их эмоционального состояния

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Наименование методических рекомендации, программ тренингов и занятий, банк упражнений | Автор-составитель | Источник |
| Работа с педагогами | | | |
| 1. | Профилактика эмоционального выгорания как фактор повышения качества образовательного процесса | Пимченкова Н.В., Юрко М.П. | <https://www.institute-of-education.com/methodlib/81/54518> |
| 2 | Синдром «эмоционального выгорания» у педагогов работающих с особыми детьми и способы его профилактики в условиях образовательного учреждения: (из опыта работы) | Пономорева, Г.А | Г.А. Пономарева// Специальная психология. 2006. |
| 3 | Рекомендации педагогам по профилактике эмоционального выгорания | Медведева М.Ю.. педагог-психолог | <https://dsradugaserg.minobr63.ru/wp-content/uploads/2015/11/Рекомендации_для_педагогов_по_эмоциональному_выгоранию.pdf> |
| 4 | Правила эмоционального поведения | Бойко В.В. | <https://disk.yandex.ru/i/77HibUX-yoTQ3A> |
| 5 | Синдром выгорания: диагностика и профилактика. – | Водопьянова Н.Е.,  Старченкова Е.С | <https://disk.yandex.ru/i/ctIw70wb4kVU6A>  СПб.: ЗАО  Изд.дом «Питер», 2005. – 302с. |
| 6 | Психологическая подготовка к педагогической деятельности | Борисов В.Н. | <https://disk.yandex.ru/d/1r6FolFhDJKT0A> |
| 7 | Тренинг эмоциональной устойчивости педагога | Семенова Е.М. | <https://disk.yandex.ru/i/fkP3sxKgXZGM_w> |
| 8 | Профилактика эмоционального выгорания педагогов | Ред. А.В Петровского, **М**.Г.Ярошевского. Малкина-Пых И.Г. Телесная терапия Семенова **Е**.**М**. - | <https://disk.yandex.ru/i/J81KCYVPhsJtIQ>  Ростов н/Д: Феникс, 2005 3. Краткий психологический словарь. / Под общ.– **М**., 1985. 4.. – **М**., 2005. 5.  **Тренинги** **эмоциональной** **устойчивости**: Учебное пособие. - 2 - **е.** |
| Работа с родителями | | | |
| 1 | Методы семейной диагностики и психотерапии | Э.Г. Эйдемиллер | <https://disk.yandex.ru/i/Jhz484UuzYhalg> |
| 2 | Компетентность в общении  : Социально   - психологический тренинг. | Потровская   Л.А. | - М.:  Изд -во  Моск. Ун-та, 2000. —216с.  <https://disk.yandex.ru/d/2izIG7uJ_ogJ1A> |
| 3 | Психология неудачника: тренинг уверенности в себе. | Прихожан А. М. | <https://disk.yandex.ru/i/SRjZj9PWViLfRQ>  — М.: Сфера, 2000. - 188с. |
| 4 | Способы саморегуляции эмоционального состояния | по кн. Е.М.Васильевой «Тренинги эмоциональной устойчивости» | <https://disk.yandex.ru/i/gdZpRFRF8IEKEw> |
| 5 | Создание и обеспечение системы экстренной  Психологической помощи в составе  Психологической службы в системе образования  Российской федерации  (Методические рекомендации) | Авторы-составители: Васильева  Н.Н., Глазунова Е.А., Дитерихс А.Л., Журкина Т.А., Иванова Е.В., Мелентьева  О.С.— М.: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2020 | <https://disk.yandex.ru/i/vGdxLbrGqzD6pA> |
| 6 | «Избавляемся от стресса. Снятие эмоционального напряжения»  Занятие для родителей | О.А. Войнова | <https://multiurok.ru/files/izbavliaemsia-ot-stressa-profilaktika-emotsionalno.html> |
| 7 | Инструментарий для работы с эмоциями и чувствами | Гольцер Е.А. –  Черепанова Г.П.–  Стрельникова А.А. | <https://disk.yandex.ru/i/ekS_k4j81zgCqw> |
| 8 | Организация и проведение тренингов повышения  Эмоциональной устойчивости | Федеральное агентство по образованию  Московский государственный строительный университет | <https://disk.yandex.ru/i/K4tn4eAlguH3mQ> |
| 9 | Игры для создания эмоционального настроя | Составила Дегтярева О.А. | <https://disk.yandex.ru/i/1vKLZR_lZYoZZw> |