

Украинец Алена Викторовна,  
педагог-психолог ГБДОУ детского сада №92 Красносельского района  
Санкт-Петербурга

Егорова Алёна Юрьевна,  
музыкальный руководитель  
ГБДОУ детского сада №92 Красносельского района  
Санкт-Петербурга

## **Реализация проекта «Алмазы души: гармония и творчество» как профилактика профессионального выгорания педагогов**

Творчество и творческая деятельность определяют ценность человека, его гармоничное развитие. «Гармония» соединяет идею рационально устроенного мира с высшей способностью человека - способностью эстетического переживания. Гармония — одна из главных категорий эстетики. Необходим поиск средств, стимулирующих педагогов к профессиональному саморазвитию и самосовершенствованию. Развитию творческих способностей, эстетическому вкусу, готовности совершенствовать свои знания и умения.

Поиск форм работы с педагогическим коллективом привел нас к созданию проекта **«Алмазы души: гармония и творчество»**.

**Цель** программы: раскрытие и развитие творческого потенциала личности педагога, формирование восприимчивости к педагогическим инновациям, способностей адаптироваться в меняющейся педагогической среде.

Одной из **задач проекта** является профилактика профессионального и эмоционального выгорания педагогов.

Вот уже два года мы организуем и проводим продуктивные практики сопровождения педагогов, используя такие **формы работы**, как музыкально-психологические встречи; тренинги; семинары-практикумы; педагогические мастерские.

### **Используются следующие приемы, техники, технологии:**

1. **Технология Body Percussion** (перкуссия тела) – искусство владения своим телом как «музыкальным инструментом». Развивает умение чувствовать свое тело, его ритм, помогает вовремя заметить утомление, накопившийся стресс.
2. **Технология создания сказочных историй**. Имеет терапевтический эффект. Используется вариант дополнения истории.
3. **Вязаная графика с использованием текстильных карандашей**. Применяется для иллюстрирования истории.
4. **Нетрадиционный театр «Театр ног»**. Возможный вариант дальнейшей работы с историей, когда необходимо её изобразить, используя театрализацию. В «Театре ног» роли исполняют ноги артистов. Персонажи, явления природы, крепятся с помощью резинок. При исполнении роли, нога выносится на передний план декорации и «оживает».
5. **Совместное пение (музыкотерапия)**. Используется хоровое пение, что способствует снятию напряжения.