Семинар был направлен на эмоциональную разгрузку педагогов, на приобретение навыков избавления от накопившегося стресса и избавления от чувства «выгорания». Также была проведена игра, направленная на сплочение педагогического коллектива, развитие коммуникативных навыков, эмоциональной устойчивости, доброжелательного отношения друг к другу. Игра способствовала мотивации педагогов к самосовершенствованию, рефлексии.