



Эмоциональное выгорание и стресс#Школа ухода

В сентябре 2022 года психолог организации Ускова Галина продолжила работу в рамках проекта «Школа ухода».

46 человек, которые ухаживают за маломобильными людьми, приняли участие в 4-х групповых занятиях.



В процессе занятий с присутствующими были проработаны такие темы, как:

- ✓ «Синдром эмоционального выгорания»;
- ✓ «Работа с эмоциональным выгоранием»;
- ✓ «Рекомендации по преодолению стресса в процессе ухода».



По окончании занятий все присутствующие получили памятки и буклеты.

Как известно, эмоциональное выгорание и стресс – это проблемы современного общества, которые напрямую связаны друг с другом. Они затрагивают психоэмоциональную и физическую сферу человека. Поэтому очень важно вовремя распознать эти признаки и научиться эффективно справляться с данным состоянием.

Вам интересна данная тема? Звоните. Контактный телефон: 8(8464)37-31-03.

Работа по данному проекту продолжается.

Отдел организационно-методической работы