



## Федеральный ресурсный центр психологической службы в системе высшего образования РАО

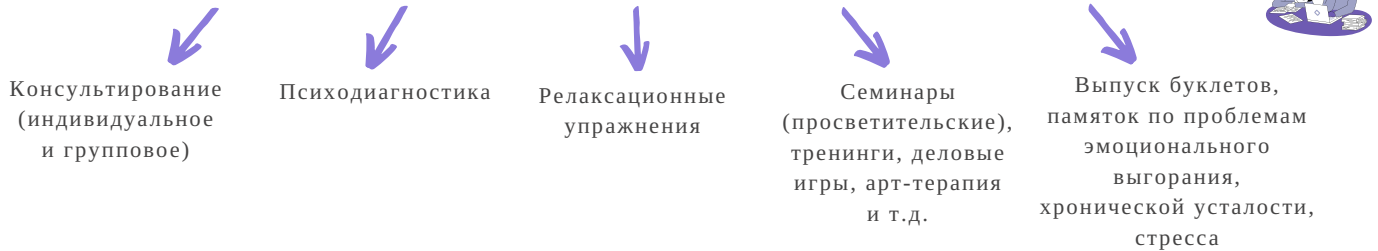
### Профилактика эмоционального выгорания преподавателей высшей школы и снижения рисков соматизации специалистов психологических служб

#### ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ

– эмоциональное истощение, характеризующее эмоциональное состояние сотрудников и чаще всего употребляется при характеристике отношения к собственным трудовым обязанностям и деятельности.

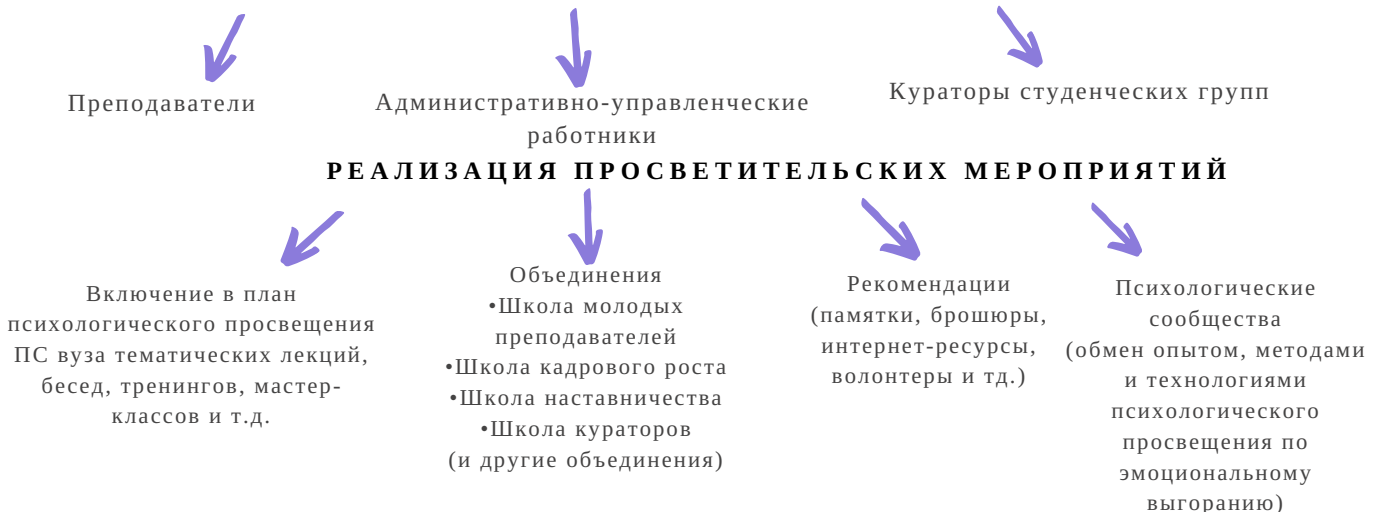
#### ОРГАНИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ РАБОТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ВУЗА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

##### КОНСТРУКТИВНЫЕ СПОСОБЫ ПРОФИЛАКТИКИ



#### ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ

##### Психологической службы вузов во взаимодействии со специалистами медицинских организаций



#### ПРОФИЛАКТИКА РИСКОВ СОМАТИЗАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СЛУЖБ

- Режим труда и отдыха
- Организация комфортного рабочего пространства
- Обеспечение прохождения курсов ДПО
- Проведение супервизии
- Внутривузовское сотрудничество
- Обмен опытом в профессиональном сообществе
- Плановые встречи с руководителями психологических служб вузов
- Распределение нагрузки между сотрудниками психологических служб исходя из направлений работы
- Межпрофессиональное взаимодействие по актуальным вопросам
- Установки специалистов на собственное психическое благополучие
- Личная терапия и профилактические медицинские осмотры
- Организация совместных выездных мероприятий для сотрудников вузов

