



**Общероссийская общественная организация
«Ассоциация медицинских сестер России»**



Смоленская региональная общественная организация

«Ассоциация специалистов сестринского дела»

Семинар - «Эмоциональное выгорание и что с этим делать»

Дата проведения: 20.02.2025г.

Место проведения: Смоленское областное государственное автономное учреждение дополнительного профессионального образования "Центр опережающей профессиональной подготовки", 214020, Россия, г. Смоленск, ул. Шевченко, д. 87, Конференц-зал.

14.00-14.10 Регистрация.

14.10-14.20 Открытие семинара. Вступительное слово. Приветствие.

14:20-15.30 Лекция – «Профессиональное и эмоциональное выгорание у среднего медицинского персонала. Актуальные вопросы развития и профилактика».

Лектор: Рожков Андрей Борисович Кризисный психолог, Смоленское областное государственное автономное учреждение дополнительного профессионального образования "Центр опережающей профессиональной подготовки" - педагог-психолог.

Лектор рассмотрит вопросы:

1. Что такое эмоциональное выгорание? (запах горячей психологической проводки по К. Маслах). Внешние признаки, субъективное ощущение. Отличие ЭВ от СХУ и переутомления.
2. Зоны риска: какие профессии наиболее подвержены синдрому ЭВ? Фазы развития эмоционального выгорания. Оптимальная модель коллектива.
3. Методы самопомощи «здесь и сейчас»: дыхание, применение БАТ (биологически активных точек, влияющих на эмоциональную сферу, элементы аутотренинга).

15:30-15:50 Дискуссия. Ответы на вопросы слушателей.

15:50-16:00 Подведение итогов и закрытие мероприятия.