<table>
<tr><th>Название курса</th><th>Краткая аннотация</th><th>Количество часов</th><th>Преподаватель</th></tr>
<tr>
<td>«Профилактика синдрома выгорания»</td>
<td>
Цель: профилактика синдрома выгорания, ознакомление с приемами саморегуляции.
Задачи: знакомство с понятием эмоционального выгорания, его характеристиками; определение своего отношения к профессии, анализ проявления признаков выгорания, выделение источников неудовлетворения профессиональной деятельностью; снижение уровня эмоционального выгорания.
ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
<table>
<tr><th>№ п/п</th><th>Наименование раздела, темы</th><th>Количество часов</th></tr>
<tr><td>1.</td><td>Знакомство и сплочение группы.</td><td>2</td></tr>
<tr><td>2.</td><td>Понятие синдрома выгорания</td><td>2</td></tr>
<tr><td>3.</td><td>Умение общаться как способ решения проблемы «выгорания»</td><td>2</td></tr>
<tr><td>4.</td><td>Стресс-менеджмент как метод борьбы с синдромом выгоранием</td><td>2</td></tr>
<tr><td>5.</td><td>Осознание и принятие чувств как способ борьбы с выгоранием. Способы саморегуляции.</td><td>2</td></tr>
<tr><td>6.</td><td>Заключение. Подведение итогов</td><td>2</td></tr>
<tr><td colspan="2">Общее количество часов:</td><td>12</td></tr>
</table>
</td>
<td>12</td>
<td>


Солодухо Валентина Валентиновна
начальник учебно-организационного отдела Института психологии БГПУ, старший преподаватель кафедры клинической и консультативной психологии, практический психолог. Опыт работы в онкологии и в области паллиативной медицины.
Специализация
Профессиональные деформации личности, психология больного человека.
Образование
Окончила БГПУ имени М. Танка по специальности «Психология. Педагогическая психология». Исследователь в области психологических наук (2014).
Контактный телефон: 369-88-96
E-mail valentsol@mail.ru
</td>
</tr>
</table>