

# Эмоциональное выгорание педагога

- Эмоциональное выгорание – что это?
- «Выгорающие» профессии
- Причины выгорания
- Пять стадий процесса выгорания
- Симптомы выгорания
- Как поддерживать себя в ресурсном состоянии
- Как избежать выгорания



Благинина Наталья – врач-психиатр,  
психотерапевт, КМН, МВА

Член Высшего Экспертного Совета Кафедры  
«Интегративные технологии здоровья»  
Академии Социальных Технологий,

Приглашенный преподаватель бизнес-школы  
МИРБИС, курс «Современные подходы к  
управлению благополучием сотрудников»