

## Добрый день, коллеги!

Подводя итоги 5-ой недели эстафеты «Топ 5 советов как...», хотим выразить благодарность за проявленный интерес к решению кейса, предложенного нашей командой.

Коллеги из **Владимирской области**, спасибо, что были первыми и открыл наш марафон на этой неделе! Ваш Топ 5 советов «Как помочь с выбором вакансии человеку с симптомами профессионального выгорания» как всегда полон идей и творческого подхода. Команда предлагает выявить действительные причины профессионального выгорания в ходе индивидуальной психологической консультации и вернуть веру в себя на тренинге «Как помочь себе».

**Новосибирская область** предложила согласовать участие гражданина в серии занятий по психподдержке и в случае необходимости откорректировать индивидуальный план поиска работы.

**Тюменская область** советует поискать причины выгорания с помощью упражнения «Колесо жизненного баланса» Пола Дж. Майера.

**Курская область** предлагает создать из собственного хобби клиента доходное занятие, как отличный способ борьбы с профессиональным выгоранием. А так же создать подборку вакансий с учетом полученных сведений о человеке и знаний условий работы по каждой конкретной вакансии.

Коллеги из **Челябинской области** советуют: профтестирование с определением новой сферы трудоустройства, предложить переобучение или участие в национальном проекте «Демография», интенсивный подбор вакансий по индивидуальным пожеланиям.

**Удмуртская Республика** рекомендует обсудить с гражданином возможность и желание работать по своей профессии в той же организации, но с новым функционалом. А так же предложить гражданину рассмотреть вакансии на предприятиях, где возможна периодическая ротация кадров.

Ярко, с юмором подошли к решению кейса коллеги из **Брянской области**. Разложив выгорание клиента на стадии, коллеги предложили: использовать коучинговые инструменты, наметить долгосрочные и краткосрочные цели. Познакомить клиента с Тайм-менеджментом в целях нивелирования рисков повторного выгорания.

Коллеги из **Санкт-Петербурга** предполагают, что причинами профессионального выгорания могут быть глубинные проблемы с психологическим здоровьем, с которыми нужно разбираться. А клиенту не стоит «журить себя, и укорять в лени». И если клиент имеет возможность какое-то время не работать, не перегружать его предложениями работы, дать человеку возможность «соскучиться» по трудовой деятельности.

Коллеги из **Барнаула** глубоко проработали предложенную проблему и сделали очень подробный, пошаговый разбор кейса, подытожив его «Оформлением согласованного индивидуального плана самостоятельного поиска работы и построение траектории профессионального пути».

Коллеги из **Республики Мордовии** советуют предложить клиенту временную работу, не связанную со сложной интеллектуальной деятельностью.

**Омская область** рекомендует выстроить карьерную траекторию гражданину, обсудить с ним целесообразность прохождения профессионального обучения.

Коллеги из **Брянской области** напомнили всем нам известную мысль Конфуция «Найди себе дело по душе и тебе не придется работать ни одного дня в своей жизни», которая актуальна во все времена и которой мы хотим завершить «Топ 5 советов как...» на этой предпраздничной неделе.

**Эстафетную палочку передаем команде Владимирской области. Успехов, коллеги!**