

ТОП-5 СОВЕТОВ, КАК...

помочь с выбором вакансии человеку с синдромом профессионального выгорания.

1

Как можно раньше на этапе обращения соискатель должен пройти через карьерного консультанта (психолога-профконсультанта).

В связи с этим подбор работы на начальном этапе лучше вести с оглядкой на данное обстоятельство. Первым делом необходимо определить причины и стадии профессионального выгорания (надо купировать данную проблему - без ее решения дальнейший подбор работы вряд ли увенчается успехом). Причем между выгоранием, вызванным неблагоприятными взаимоотношениями с конкретным работодателем, и выгоранием «в профессии» есть принципиальная разница - и этот момент необходимо четко прояснить, т.к. он будет влиять на то, какую работу специалист по подбору работы будет искать гражданину в дальнейшем. Формы проведения (проводит специалист по подбору работы и карьерный консультант - каждый в рамках своей компетенции): беседа; наблюдение; диагностическое тестирование.



2

Проведение комплекса мероприятий, направленных на стабилизацию психологического состояния клиента (проводит карьерный консультант):

- обучение техникам саморегуляции;
- составление рекомендаций по соблюдению режима труда и отдыха;
- формирование адекватной самооценки;
- определение жизненных ценностей клиента;
- смена деятельности/новые занятия/хобби/интересы.

3

Профориентация клиента (проводит карьерный консультант), включая тестирование, составление перечня профессиональных знаний, умений и навыков клиента, построение образа желаемого места работы (избегать формирования образа «идеального» рабочего места!):

сфера деятельности (та же, смежная или меняем кардинально), график работы, уровень заработной платы и т.п.

4

Работа с мотивацией (проводит карьерный консультант):

ориентация на поиск работы по имеющейся профессии (можно смежной или родственной) или на смену профессиональной деятельности (главное проговорить и осознать приоритеты).

5

ИТОГ: оформление согласованного индивидуального плана самостоятельного поиска работы и построение траектории профессионального пути

(осуществляет специалист по подбору работы совместно с клиентом на основании данных полученных карьерным консультантом), подбор вакансий, учитывающих интересы и возможности клиента, профобучение (последнее - при необходимости).

