

# ТОП-5 советов, как помочь с выбором вакансии человеку с симптомами профессионального выгорания

## 1. Убедись, что имеешь дело именно с выгоранием, к его признакам относятся:

- дистанцирование от профессиональных обязанностей;
- снижение работоспособности;
- ощущение истощения;
- постоянное эмоциональное напряжение.

## 3. Узнай интересы

Изучение склонностей, талантов и умений клиента поможет с расширением возможного пула подходящих вакансий. Действительно, создать из собственного хобби доходное занятие – отличный способ борьбы с профессиональным выгоранием.

## 5. Создай подборку вакансий с учетом полученных сведений о человеке и знаний условий работы по каждой конкретной вакансии.

## 2. Выяви причину

Поговори с клиентом о прошлом месте работы. Необходимо точно определить, что послужило причинами выгорания, чтобы не допустить повторений на новом месте работы.

## 4. Посоветуй

### изменить свою жизнь

Зачастую смена карьерной траектории помогает – предложи профориентацию, обучение и проконсультируй о возможностях самозанятости.

