



634003, г. Томск, ул. Бакунина, 17-а
Тел./факс: (83822) 65-21-08
Тел.: (83822) 65-18-64, 65-16-
13 e-mail: mmks-
seminar@mail.ru [http://mmks-
tomsk.com](http://mmks-tomsk.com)

**АНО «Международный менеджмент, качество, сертификация»
приглашает принять участие в семинаре**

**«Проблемы выгорания персонала: методы объективной
оценки»**

Цель курса:

- Формирование понимания симптомов и причин профессионального и эмоционального выгорания
- Овладение методиками объективной оценки выгорания
- Разработка методов профилактики выгорания

Целевая аудитория:

Руководители организаций, руководители и сотрудники HR- подразделений, отделов управления персоналом, кадровые специалисты

Программа тренинга

№	Наименование темы	Часы
1	Что такое выгорание? Понимание эмоционального и профессионального выгорания. Признаки и симптомы выгорания. Различия между стрессом и выгоранием	2
2	Профессиональные, физиологические, личностные, эмоциональные, познавательные и социальные причины возникновения эмоционального выгорания. Влияние специфики окружения и индивидуальных особенностей личности на эмоциональное и профессиональное выгорание. Круги времени и удовольствий.	2
3	Методы диагностики эмоционального и профессионального выгорания. Основные параметры выгорания. Апробация методов.	2
	Методы понижения эмоционального напряжения. Навыки эмоциональной устойчивости. Приемы самовосстановления и само регуляции Методы предупреждения профессионального выгорания в организации. Организационные и лидерские факторы в создании мотивированного персонала и психически комфортных рабочих мест	2
	Итого	8

Методы работы на семинаре: групповые дискуссии, деловые игры, практикумы, упражнения.

Результаты для участников: Освоение методов оценки выгорания. Разработка методов профилактики и минимизации выгорания.

Обучение проводят: высококвалифицированные специалисты, имеющие большой практический опыт по проведению обучения и консультаций.

Продолжительность: 1 день

График проведения: с 10.00 до 17.00 с перерывом на обед и двумя кофе-брейками.

Место проведения: г. Томск, ул. Бакунина, 17а.

По итогам обучения выдается сертификат.

Стоимость участия одного человека в семинаре 4 200,00 рублей.

В стоимость участия входят авторские раздаточные материалы, кофе-паузы.

Предусмотрена гибкая система скидок*:

№	Категории	Скидки
1	Два участника от одной компании	2%
2	Три и более участника от одной компании	3%
3	Наши постоянные клиенты	2%
4	Бонус за приведенного с собой коллегу из другой организации	2%

Наши реквизиты:

Автономная некоммерческая организация «Международный менеджмент, качество, сертификация» (АНО «ММКС»)

634003, г. Томск, ул. Бакунина, 17А,

ИНН/КПП 7017111939 / 701701001,

р/с 40703810723010000007 в филиале ОАО «УралСиб» в городе Томске,

к/с 30101810000000000702,

БИК 046910702

Данное письмо служит основанием для оплаты.

Но предварительно перед оплатой стоимость необходимо уточнить у менеджера.

Директор АНО «ММКС»



А.В. Петиченко

