



28 травня п.р., в рамках Угоди про співпрацю між облпрофрадою та відділенням НСПП в Миколаївській області, було проведено сорок третє заняття Громадського університету правових знань на тему: «Профілактика та корекція «емоційного вигорання» профспілкових лідерів» на базі підприємства ПрАТ «Миколаївська ТЕЦ».

Учасниками заняття стали голова первинної профорганізації та профспілковий актив підприємства.

Відкрила заняття **Марина Баришевська**, фахівець відділу з соціально-економічних питань облпрофради, яка зазначила, що практика проведення подібних занять триває з 2008 року і проводиться як на базі облпрофради, так і безпосередньо на підприємствах.

На початку заняття **Валерія Корасьова**, головний спеціаліст відділення НСПП в Миколаївській області, відзначила, що Всесвітня організація охорони здоров'я визнала синдром емоційного вигорання хворобою. Його внесли до оновленої Міжнародної класифікації хвороб, яка набере чинності з 1 січня 2022 року. Синдром емоційного вигорання описали як фізичне і психічне виснаження внаслідок хронічного стресу, пов'язаного з роботою і помістили в розділ «Проблем, пов'язаних із зайнятістю або відсутністю зайнятості».



Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки, психології, менеджменту освіти Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти **Ірина Хозраткулова**

провела заняття у формі тренінгу. Присутні дізналися що таке емоційне вигорання, які в нього є симптоми, а також отримали поради, які допоможуть його уникнути. Кожен з учасників мав можливість власноруч оцінити які саме ознаки емоційного вигорання присутні саме в нього. Головною метою тренінгу було акцентування уваги на можливих діях із профілактики емоційного вигорання, корекцію власної поведінки для подальшої нормальної працездатності.

Учасники тренінгу пройшли декілька цікавих тренінгів, а також отримали буклет із теми заняття. Крім того всім було запропоновано самостійно провести тест для діагностики синдрому вигорання «Професійне (емоційне) вигорання» Н. Водоп'янової, який був розроблений на основі трьохфакторної моделі К. Масlach та С. Джексон. Слід зазначити, що заняття закінчилось під оплески учасників тренінгу. Лектора було запрошено також провести тренінг для профактиву підприємства з іншої тематики.

Відділ облпрофради з соціально-економічних питань