

Емоційне вигорання не лише є ознакою стресу на робочому місці, а й може стати причиною нових проблем

Як впоратися з емоційним вигоранням?
Що спричиняє стан емоційного вигорання?
Які наслідки емоційного вигорання?
Які існують внутрішні ресурси психологічної регенерації?

Профілактика емоційного вигорання можлива за рахунок використання внутрішніх ресурсів. Кожна особистість має здатність забезпечувати психологічне благополуччя за рахунок власних інтелектуальних, фізичних, соціальних або духлвних можливостей



americares
Health is on the Way.™

Профілактика емоційного вигорання у працівників гуманітарних організацій

Номери екстреної психологічної допомоги

- Благодійний фонд психічного здоров'я **UA Mental Help Telegram: @UA_MENTAL_HELP**
- Гаряча лінія **LifeLine 7333**
- Гаряча лінія для ветеранів війни та їхніх родичів - **0 800 501 212**
- Ресурси психологічної стійкості та допомоги - **<https://resilience.k-s.org.ua/>**

Americares - це організація, орієнтована на охорону здоров'я та розвиток, яка рятує життя та покращує здоров'я людей, які постраждали від бідності чи катастрофи.
Для отримання додаткової інформації відвідайте americares.org.
MHPSSUkraine@americares.org

Health Is On The Way is a trademark of Tandigm Health, LLC