

A black and white photograph of a desk. On the left, a black alarm clock with a white face and black numbers is visible. The clock face shows the time as approximately 10:10. In the foreground, a pair of glasses with dark frames and light-colored lenses is resting on a dark surface. To the right of the glasses, a portion of a silver mesh pen holder is visible. The background is softly blurred, showing what appears to be a lamp with a warm glow.

АЛЕКСЕЙ МИЧМАН

**ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ
ВЫГОРАНИЕ У
ОФИСНЫХ
РАБОТНИКОВ**

Алексей Мичман

**Эмоциональное выгорание
у офисных работников**

«Издательские решения»

Мичман А.

Эмоциональное выгорание у офисных работников / А. Мичман —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-902300-1

Если вы потеряли интерес к своей работе, значит вы эмоционально истощили себя. А помните ли вы, как раньше вам нравилось ваше занятие?

ISBN 978-5-44-902300-1

© Мичман А.
© Издательские решения

Содержание

Введение	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Эмоциональное выгорание у офисных работников

Алексей Мичман

© Алексей Мичман, 2018

ISBN 978-5-4490-2300-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Ранее считалось, что эмоциональному выгоранию более всего подвержены люди, чья профессиональная деятельность связана с помощью другим людям – медики, педагоги, волонтеры, социальные работники, спасатели, пожарные и так далее. Но сейчас практически любой представитель профессии типа «человек-человек», то есть, по роду деятельности вынужденный общаться с людьми, входит в группу риска по развитию данного нарушения. И офисные работники здесь не исключение.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.