

**Коджаспиров А.Ю.** – к. пс. н., руководитель сектора дистанционного консультирования «Детский телефон доверия» Центра экстренной психологической помощи Московского городского психолого-педагогического университета

**Геронимус И.А.** – психолог сектора дистанционного консультирования «Детский телефон доверия» Центра экстренной психологической помощи Московского городского психолого-педагогического университета

**А.Ю. КОДЖАСПИРОВ  
А.И. ГЕРОНИМУС**



**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ  
В ТЕЛЕФОННОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ:  
ПРОФИЛАКТИКА, ДИАГНОСТИКА  
И КОРРЕКЦИЯ**

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ  
ДЛЯ КОНСУЛЬТАНТОВ  
ТЕЛЕФОНОВ ДОВЕРИЯ**

**Авторы:**

**А. Ю. Коджаспиров**

**И. А. Геронимус**

**Аннотация:**

В данной работе раскрыто психологическое содержание процесса профессионального выгорания, динамические характеристики этого процесса, а также описаны методы профилактики, диагностики и коррекции СПВ.

Методическое пособие разработано для консультантов и административных работников служб экстренной психологической помощи по телефону.

Целью пособия является систематизация, анализ и обоснование методов предотвращения, диагностики и коррекции профессионального выгорания сотрудников служб экстренной психологической помощи по телефону.

## Содержание

Пояснительная записка.....	
<b>Раздел 1.</b> Психологическое содержание процесса профессионального выгорания.....	
§1.1 Подходы к определению и основные симптомы профессионального выгорания.....	
§1.2 Экзистенциальные аспекты синдрома профессионального выгорания.....	
§1.3 Специфические факторы возникновения профессионального выгорания у консультантов телефона доверия.....	
<b>Раздел 2.</b> Факторы риска процесса профессионального выгорания.....	
§2.1 Личностные и организационные факторы риска развития профессионального выгорания.....	
§2.2 Неадекватность профессионального самоопределения как фактор риска профессионального выгорания.....	
<b>Раздел 3.</b> Профилактика и коррекция профессионального выгорания.....	
§3.1 Профилактика профессионального выгорания.....	
§3.2 Диагностика профессионального выгорания.....	
§3.3. Коррекция профессионального выгорания.....	
Заключение.....	
Библиография.....	
Приложения.....	
Приложение 1. Опросники диагностики уровня профессионального выгорания.....	
Приложение 2. Техники и упражнения, направленные на диагностику, профилактику эмоционального выгорания.....	
Приложение 3. Тренинги для профилактики и коррекции выгорания телефонных консультантов.....	