



**Евгений  
Яковлев**

**Продажи:  
как сохранить свой живой интерес и  
включённость в работе с покупателями**

**Профилактика эмоционального  
выгорания**



Проявляется нарастающим безразличием к своим обязанностям и происходящему на работе, дегуманизацией в форме негативизма по отношению как к клиентам (пациентам), так и к коллегам (сотрудникам), ощущением собственной профессиональной несостоятельности, неудовлетворенности работой, в явлениях деперсонализации, а в конечном итоге в резком ухудшении качества жизни. В дальнейшем могут развиваться невротические расстройства и психосоматические заболевания. Одним из ярких симптомов выраженного синдрома профессионального выгорания являются частые и длительно текущие разнообразные заболевания, обусловленные психосоматикой.

(Википедия)



## Как провериться?..

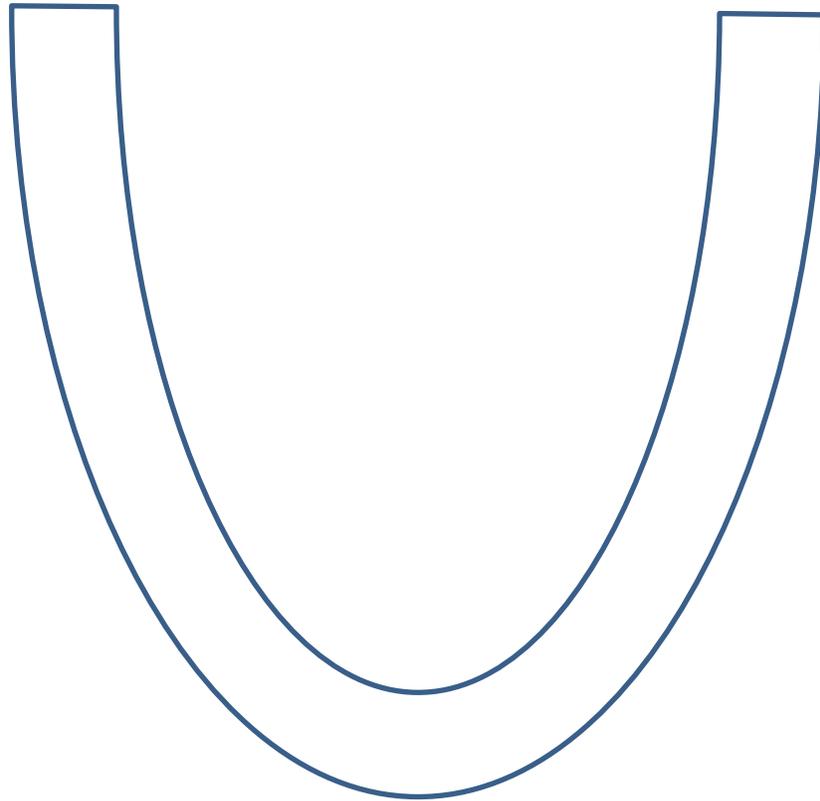
*Тесты: Бойко (84 вопроса), Маслач и Джексон (22 вопроса)*

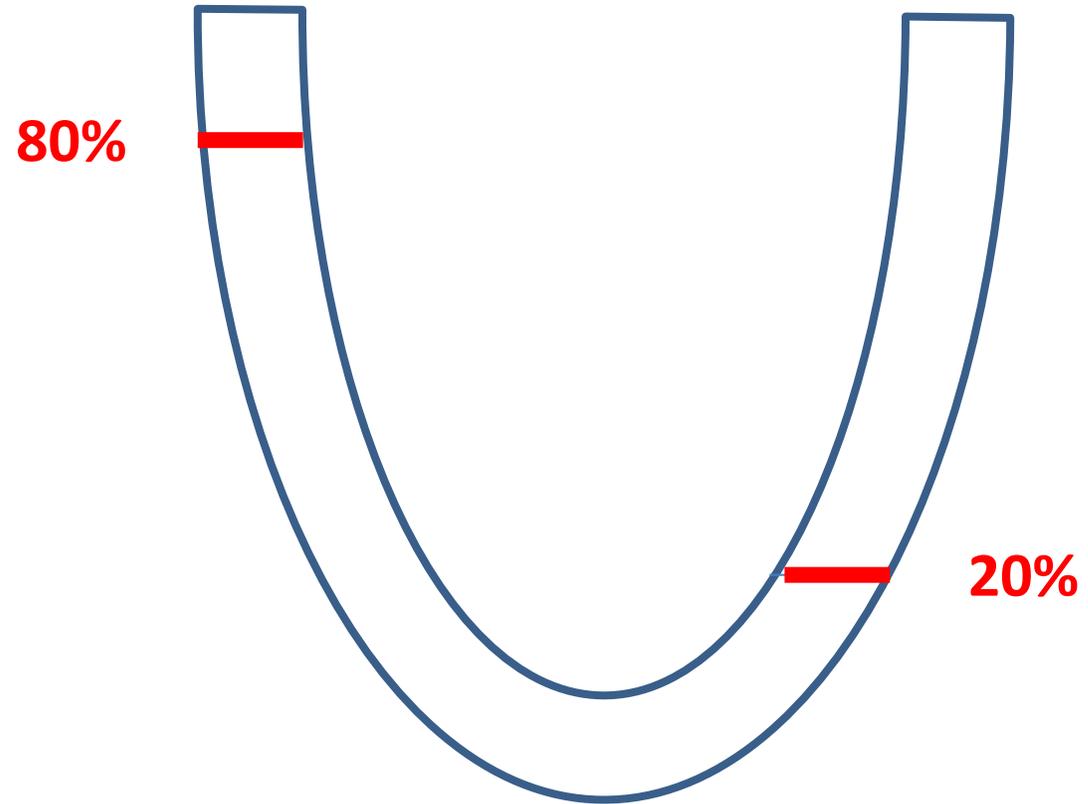
Например, здесь:

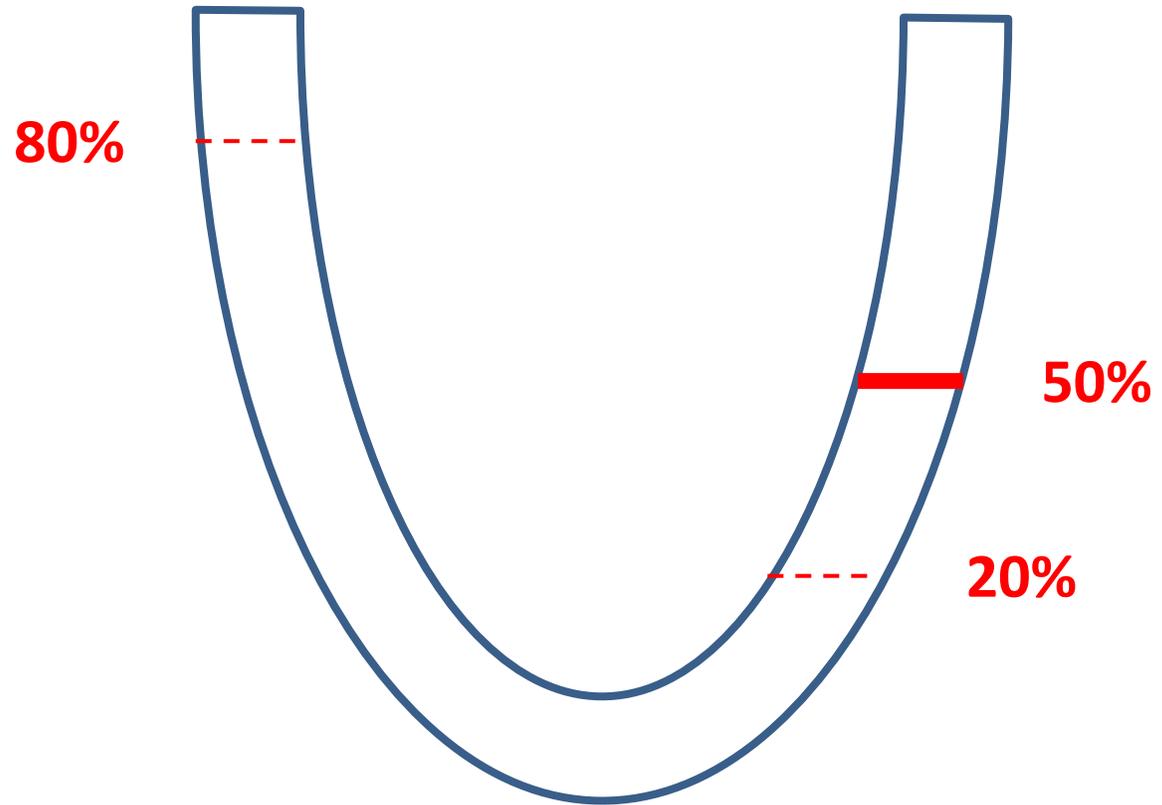
<https://experimental-psychic.ru/diagnostika-ehmocionalnogo-vygoraniya/>

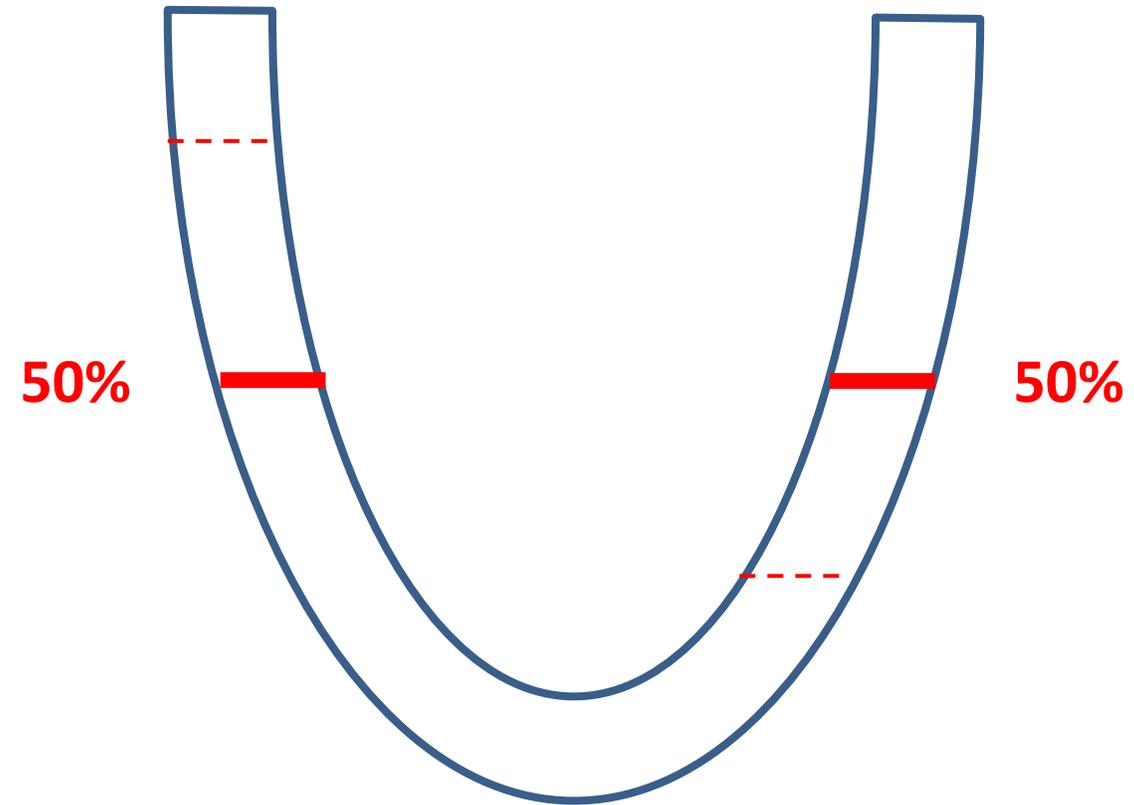
## Состояние здесь-и-сейчас

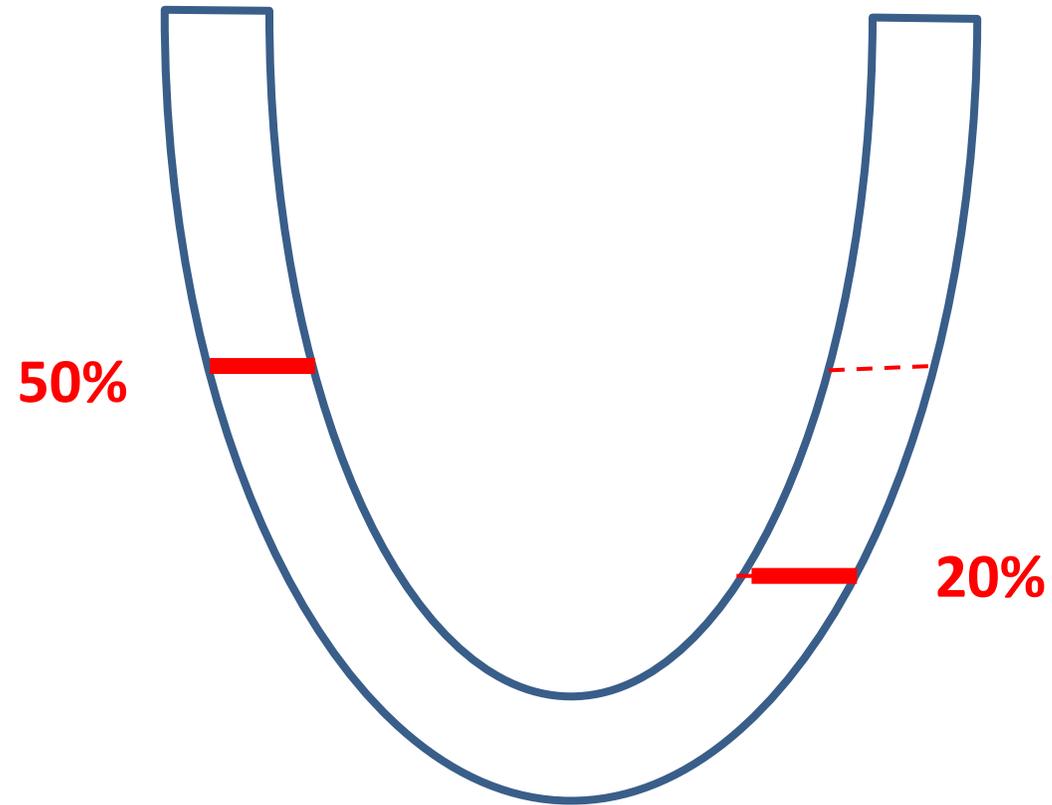
*Профилактика эмоционального выгорания,  
способ №1*

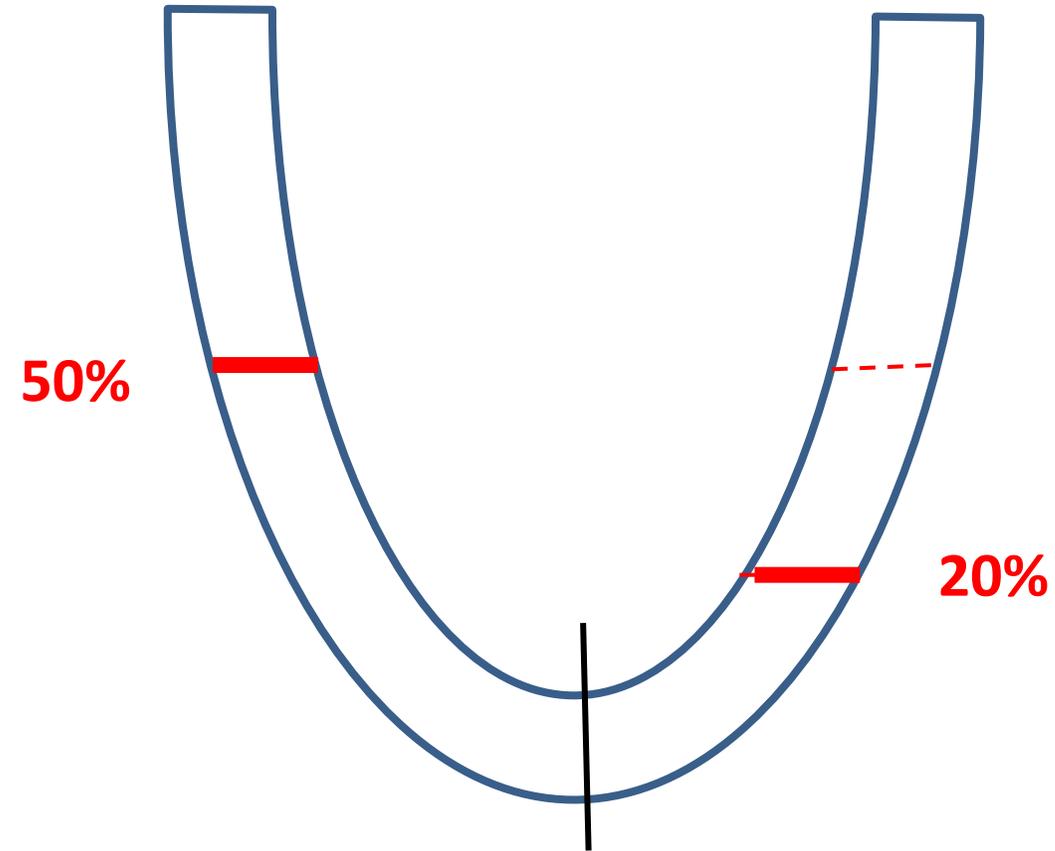


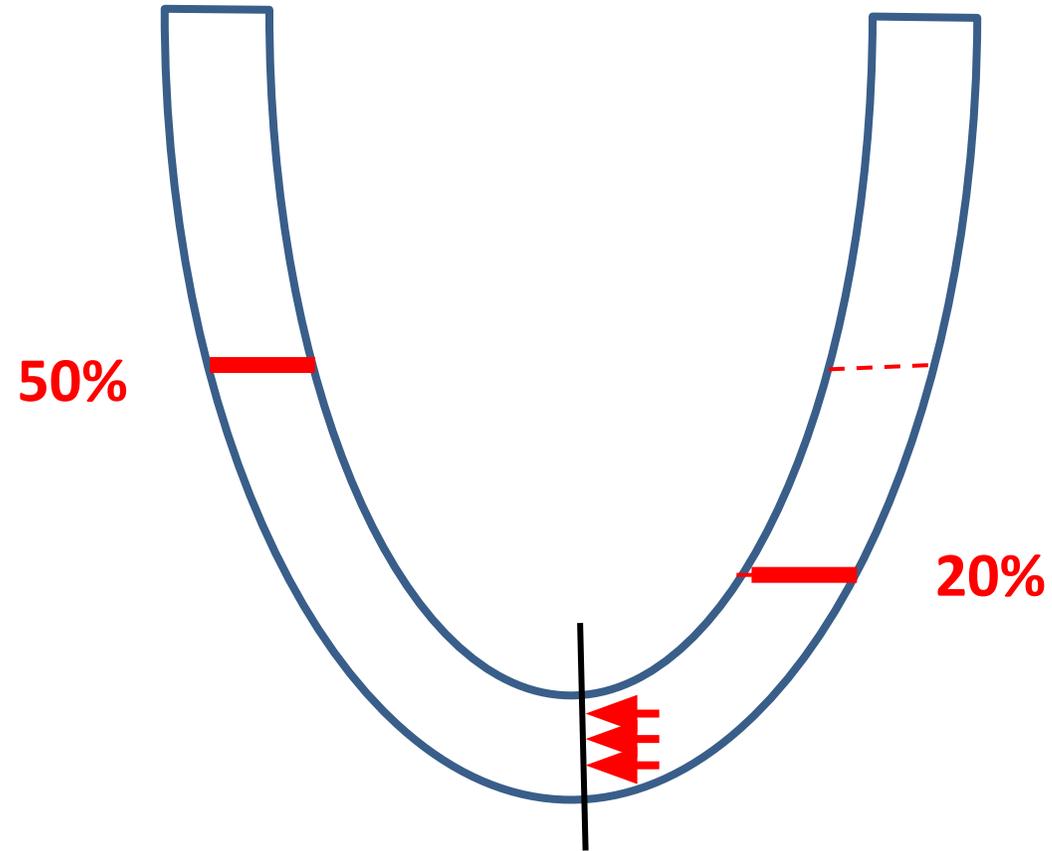


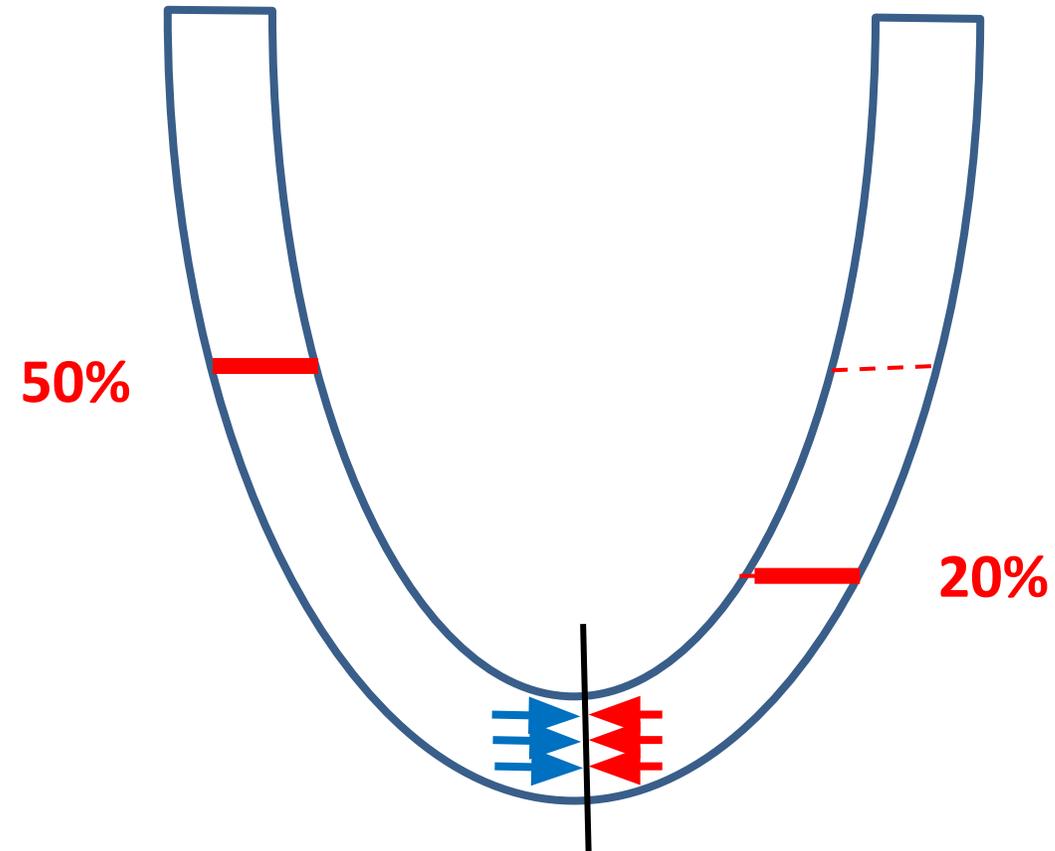


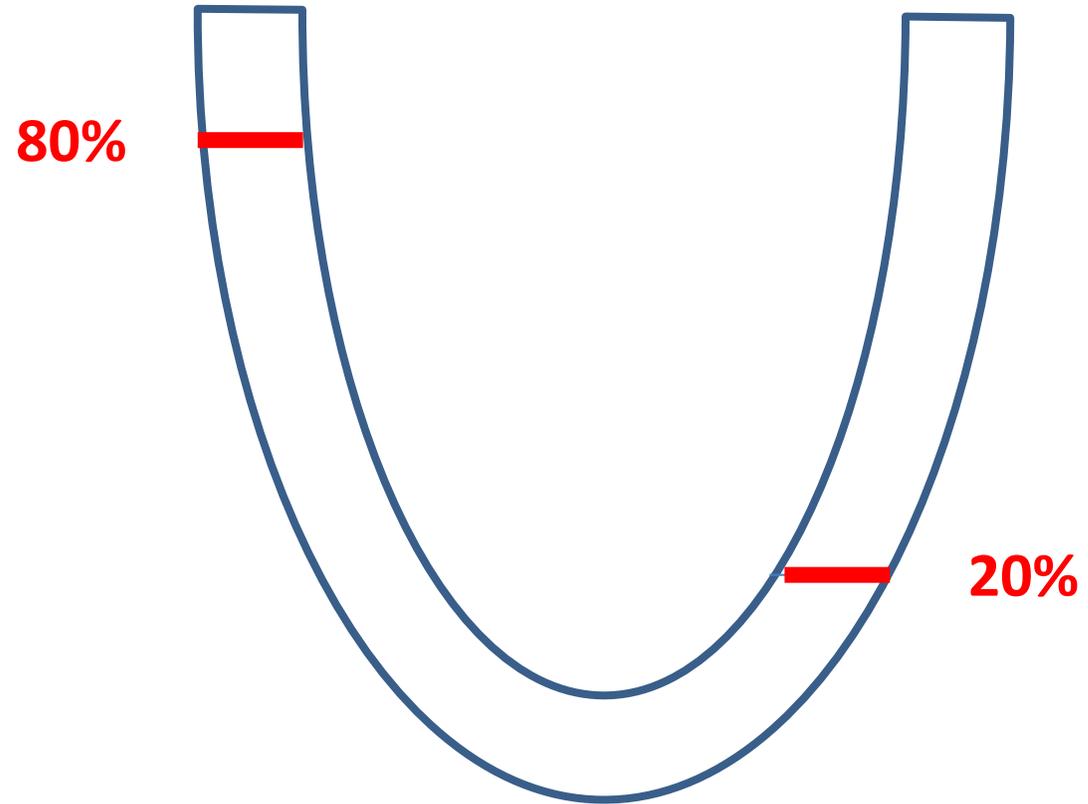








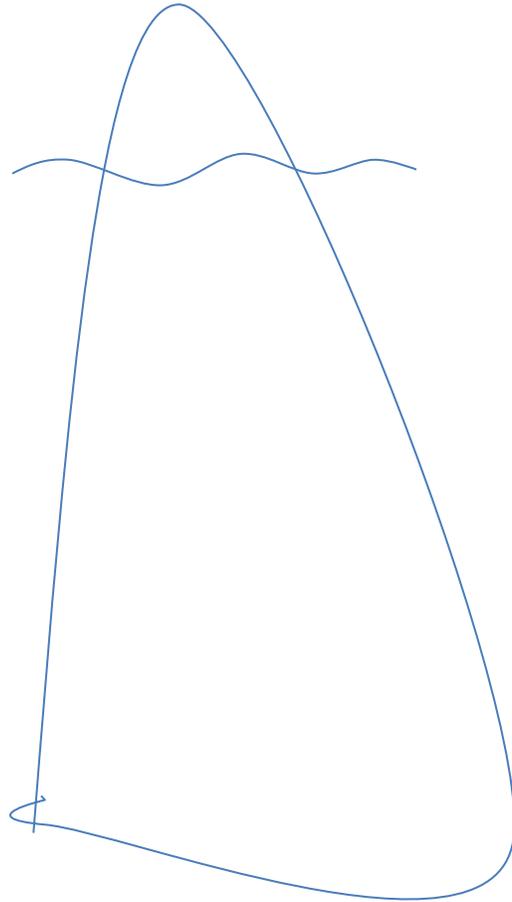




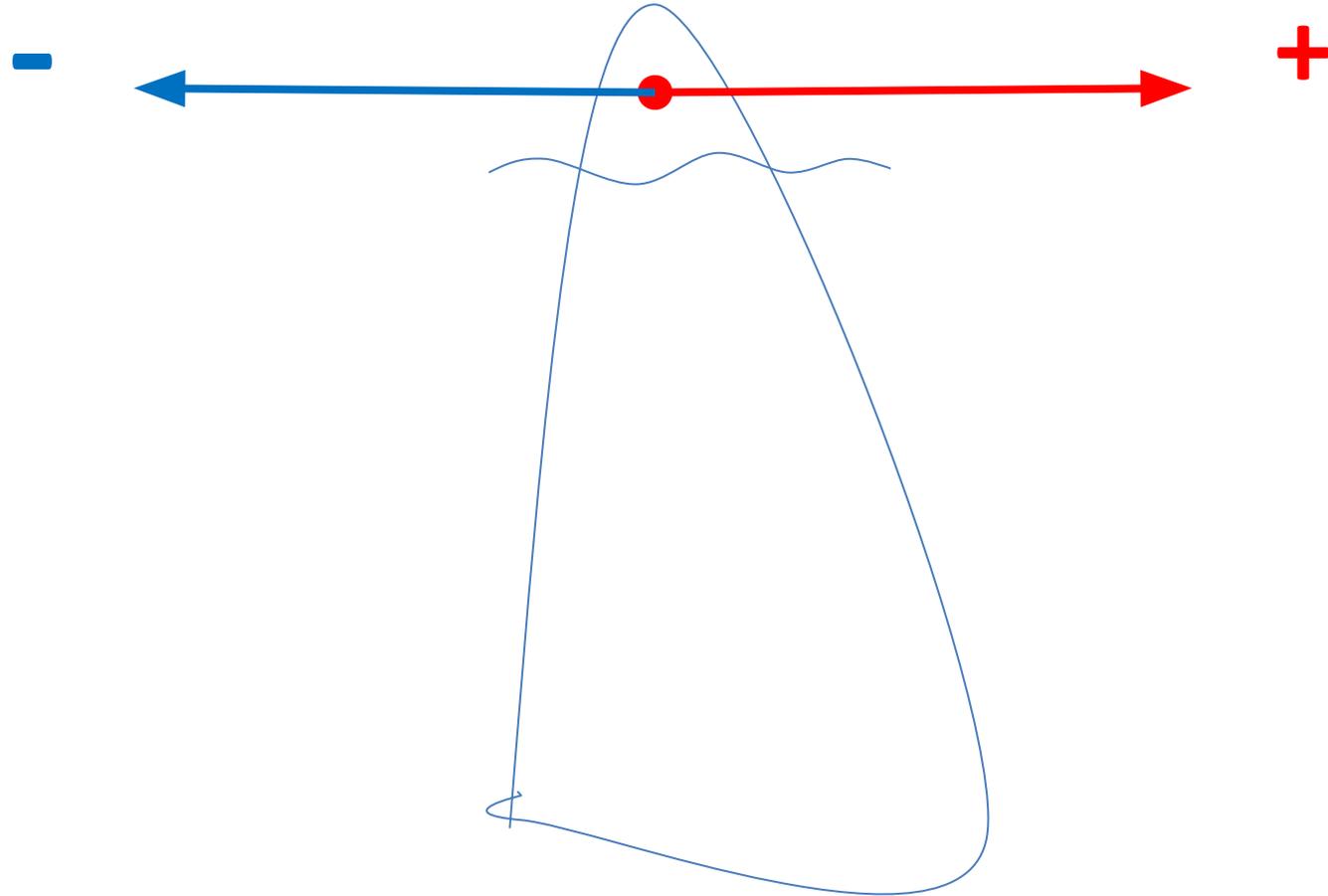
## Эмоциональный интеллект

*Профилактика эмоционального выгорания,  
способ №2*

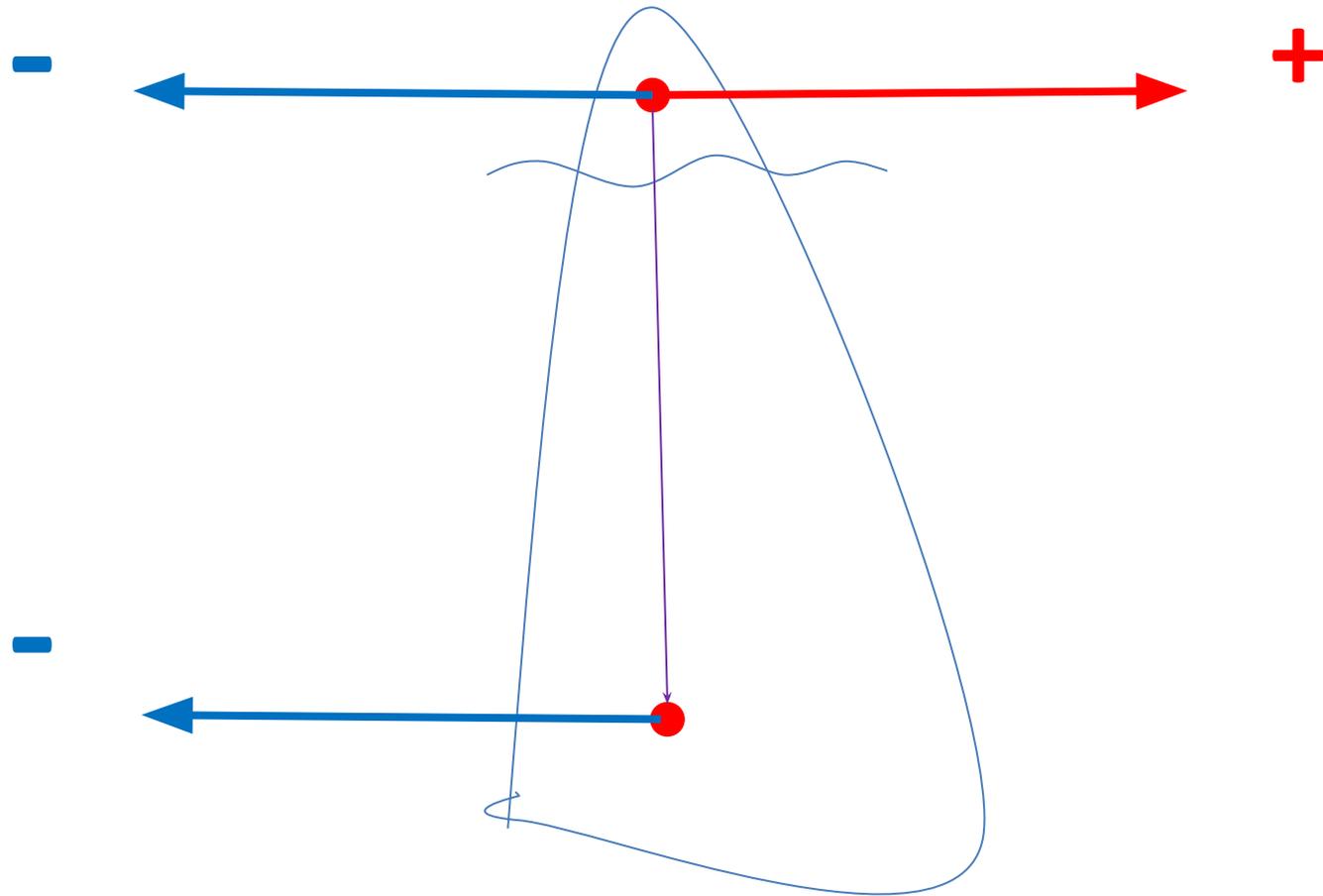
## Эмоциональный интеллект



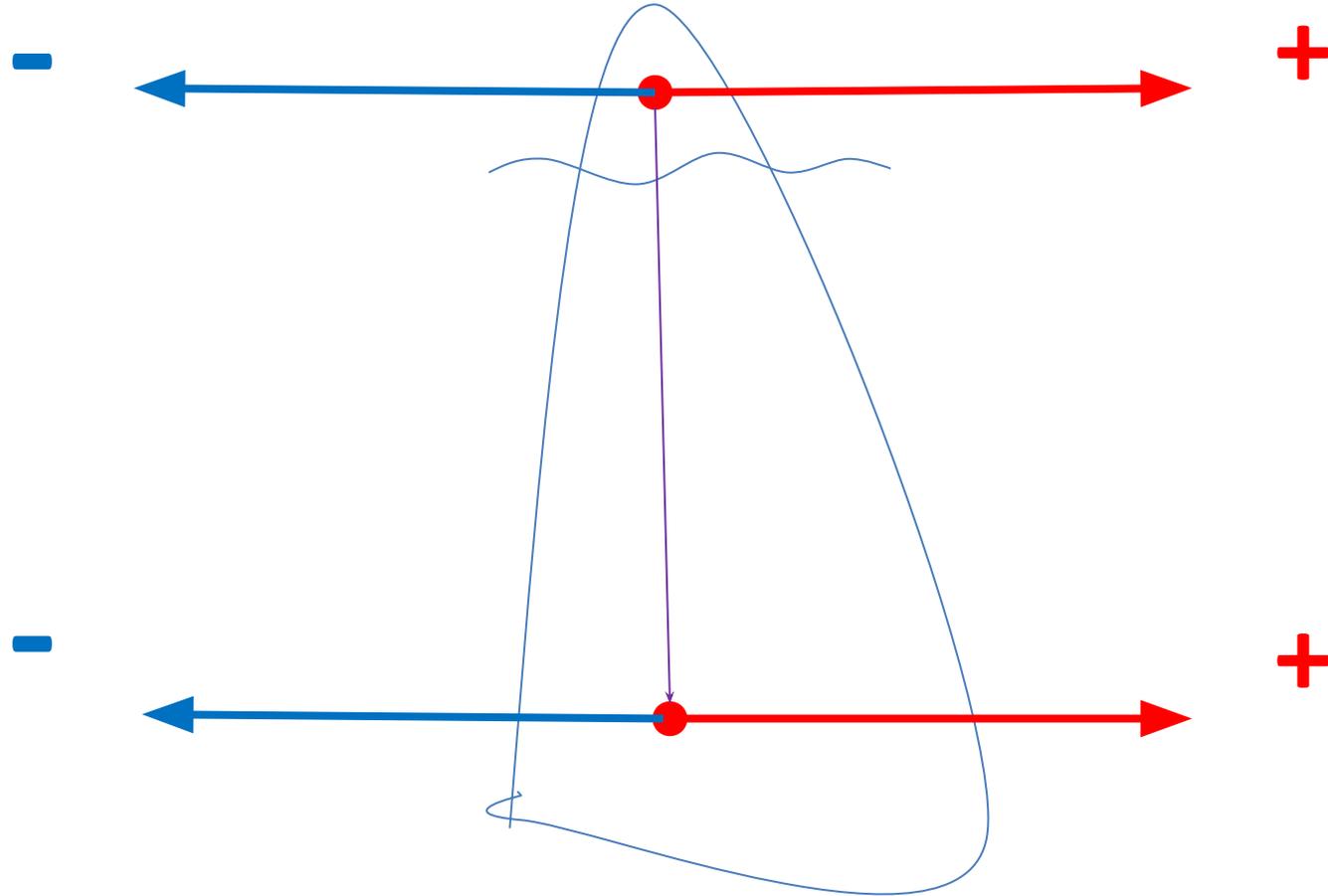
## Эмоциональный интеллект



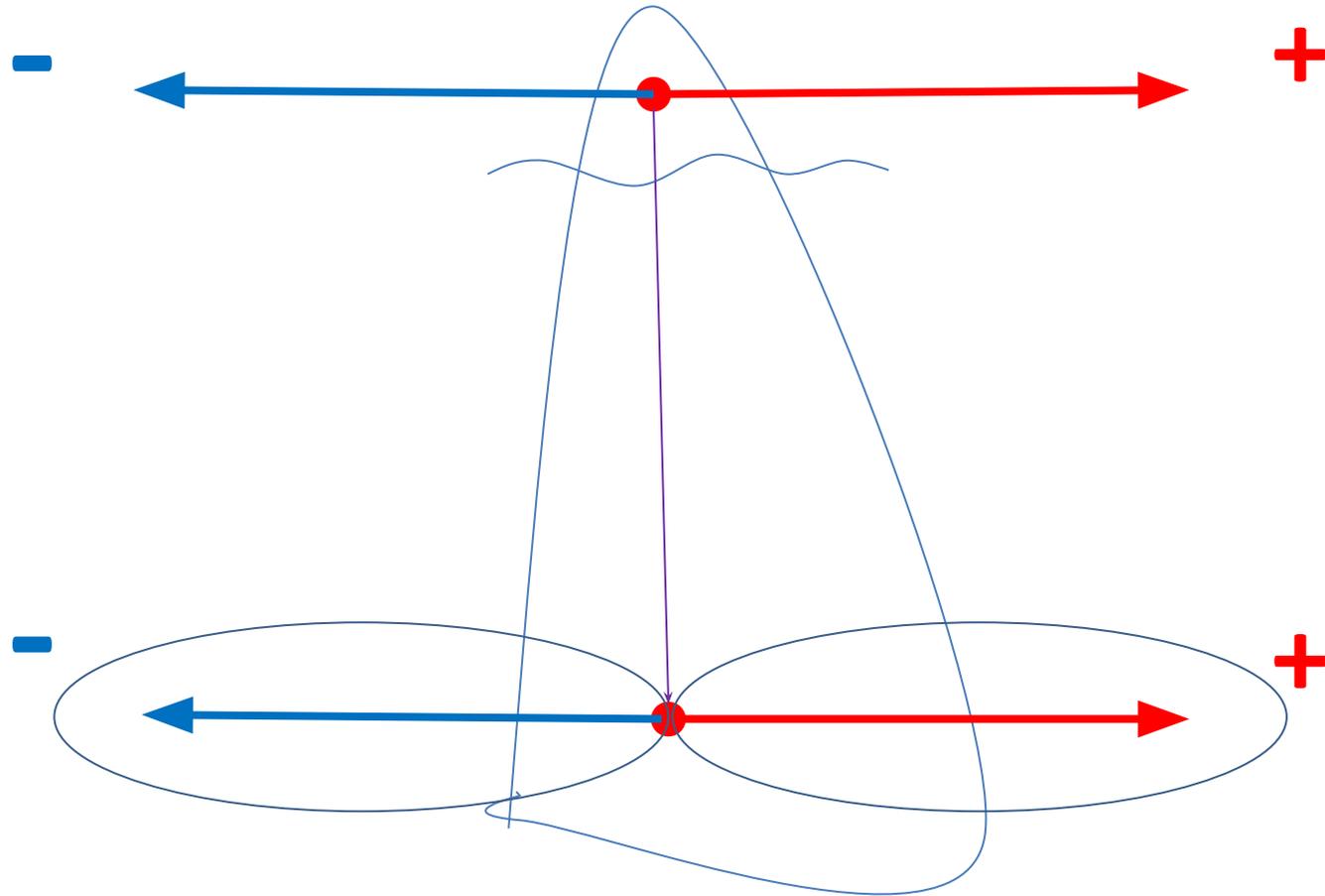
## Эмоциональный интеллект



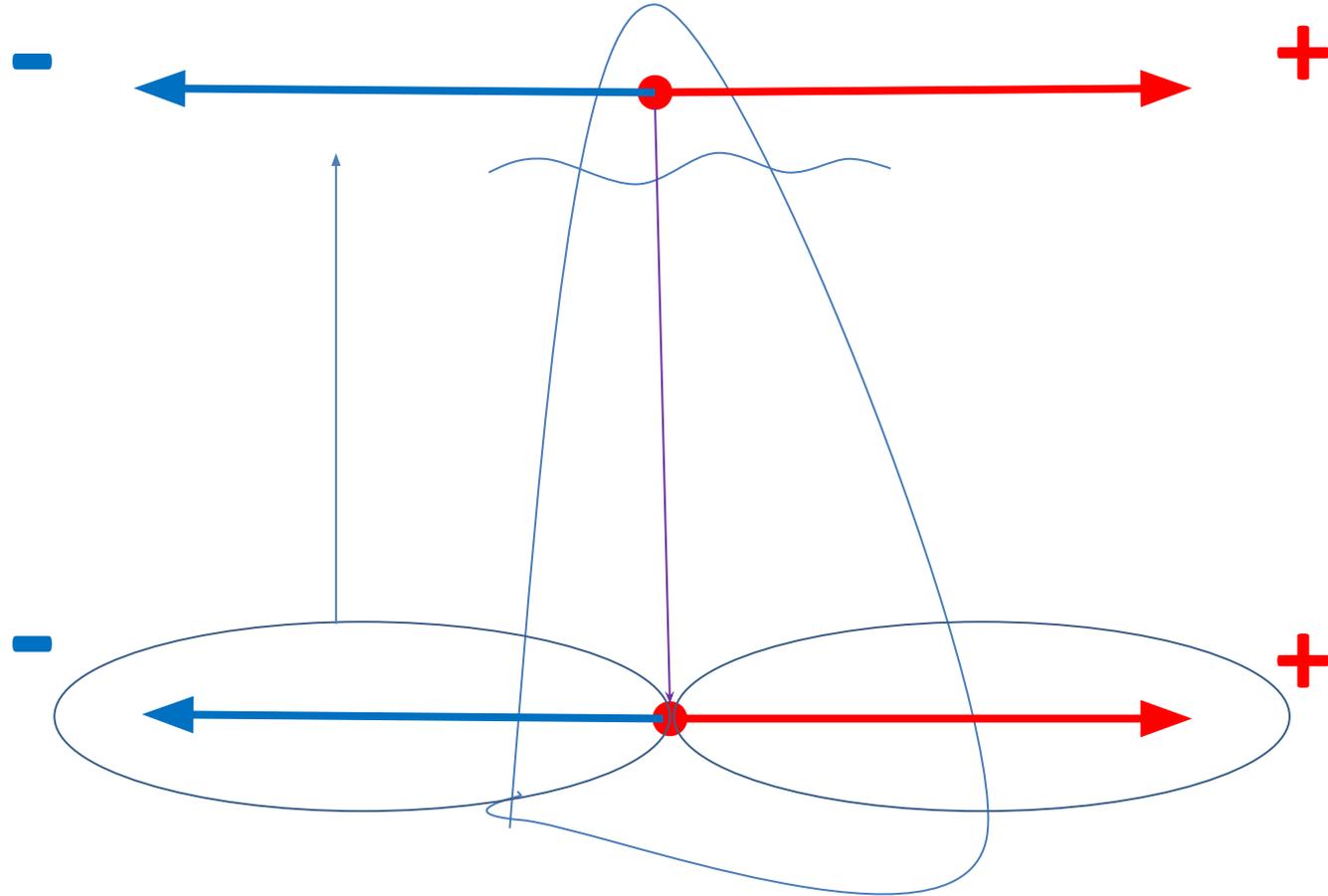
## Эмоциональный интеллект



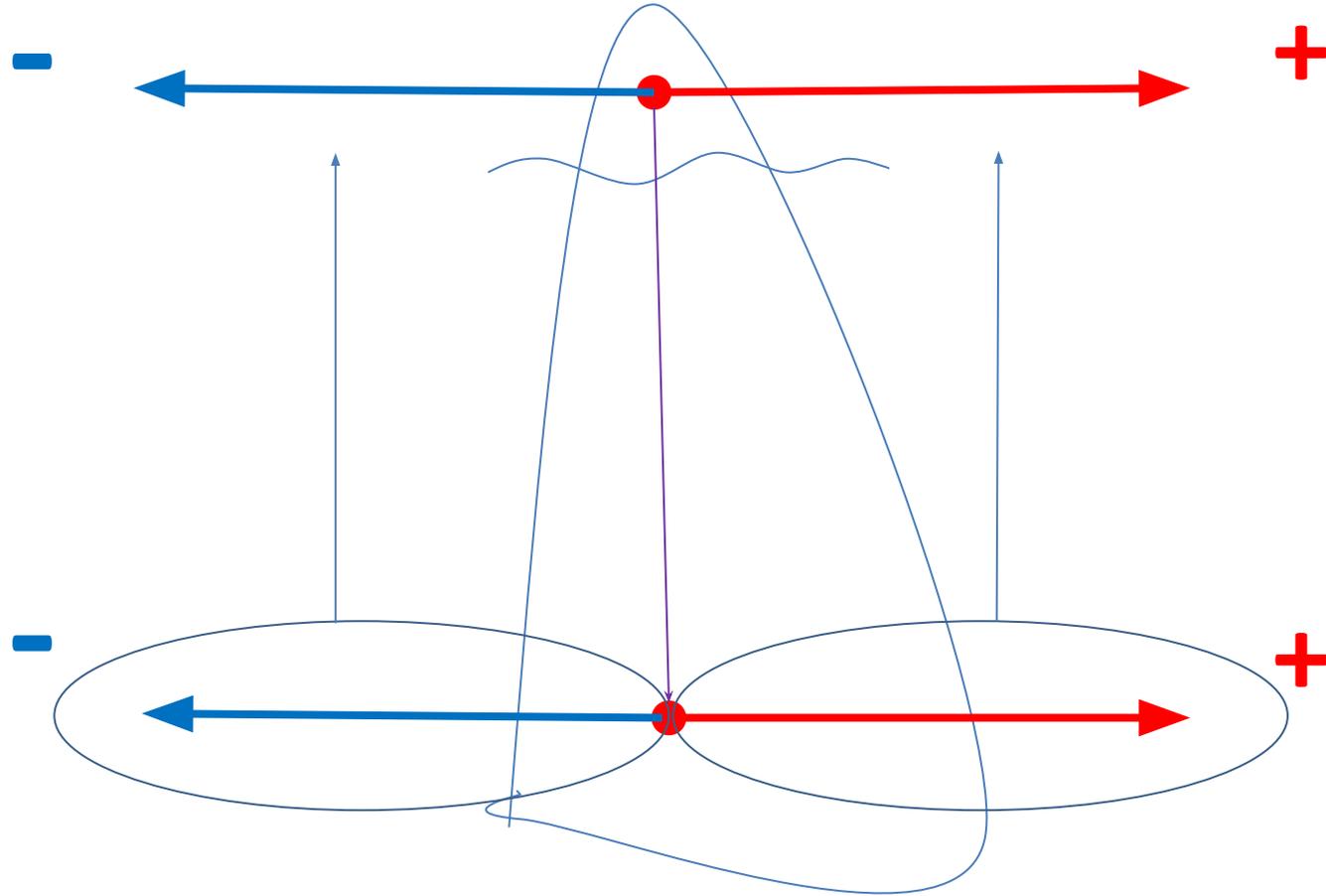
## Эмоциональный интеллект



## Эмоциональный интеллект



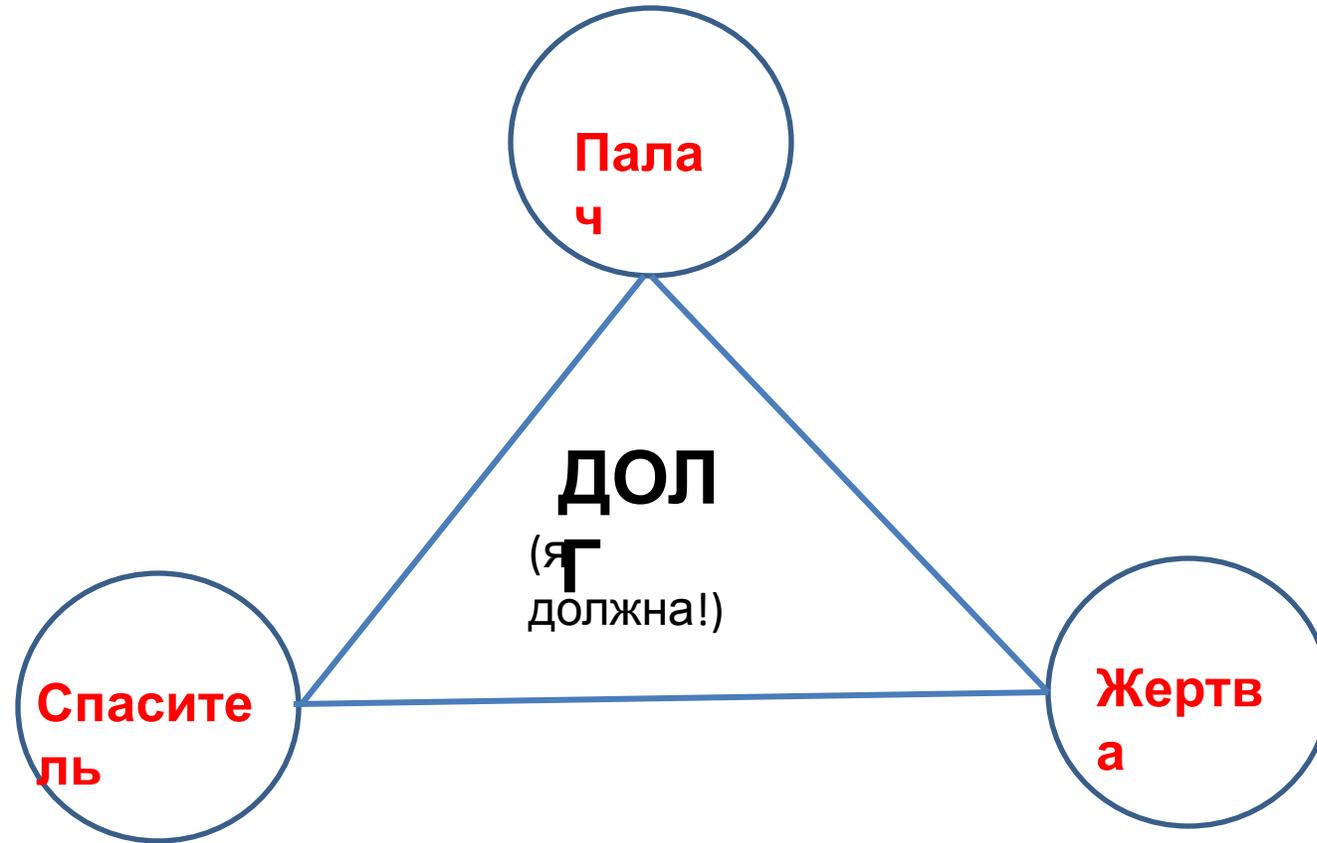
## Эмоциональный интеллект



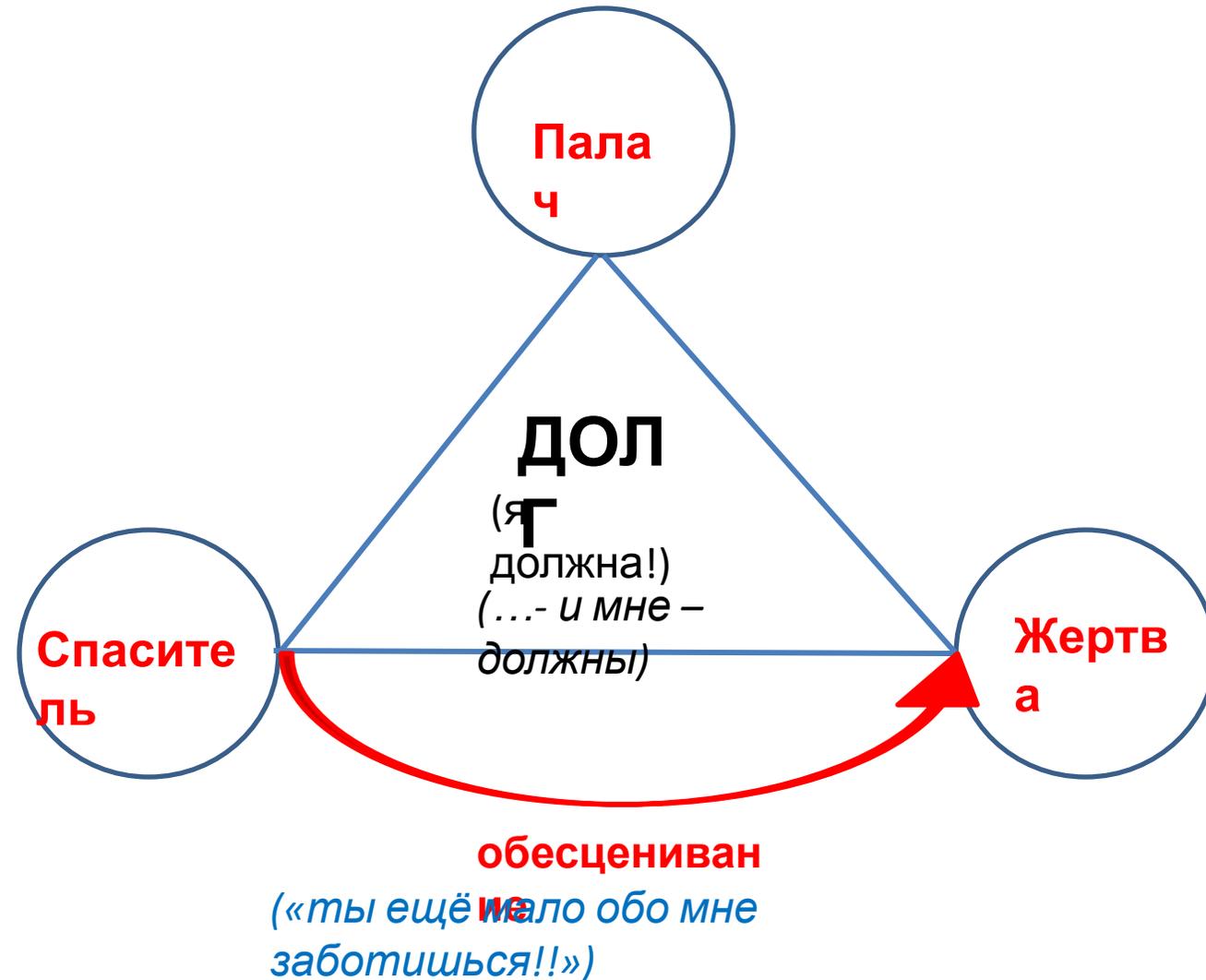
## Отказ от долженствований

*Профилактика эмоционального выгорания,  
способ №3*

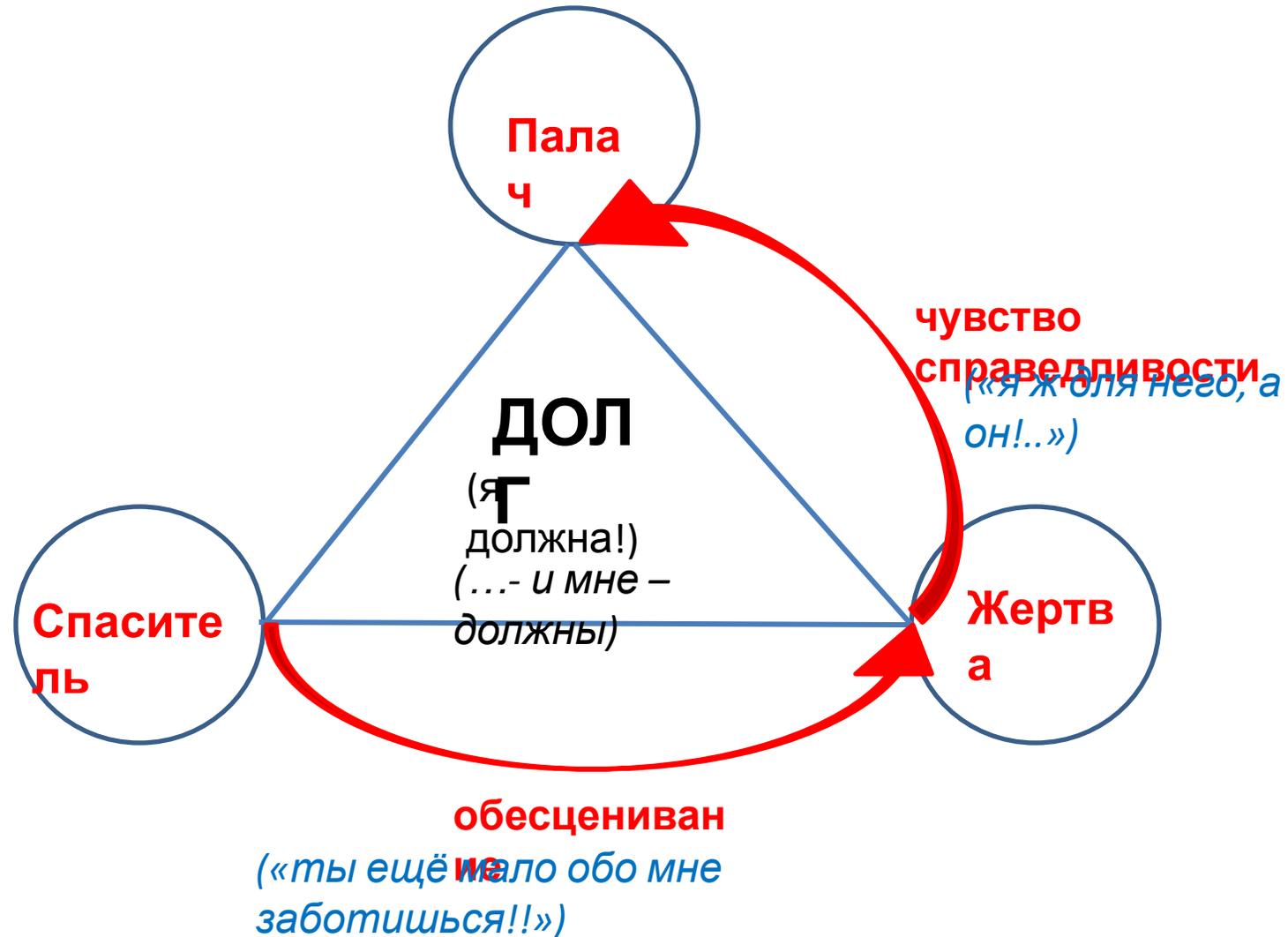
Треугольник  
(«драматический  
треугольник»)



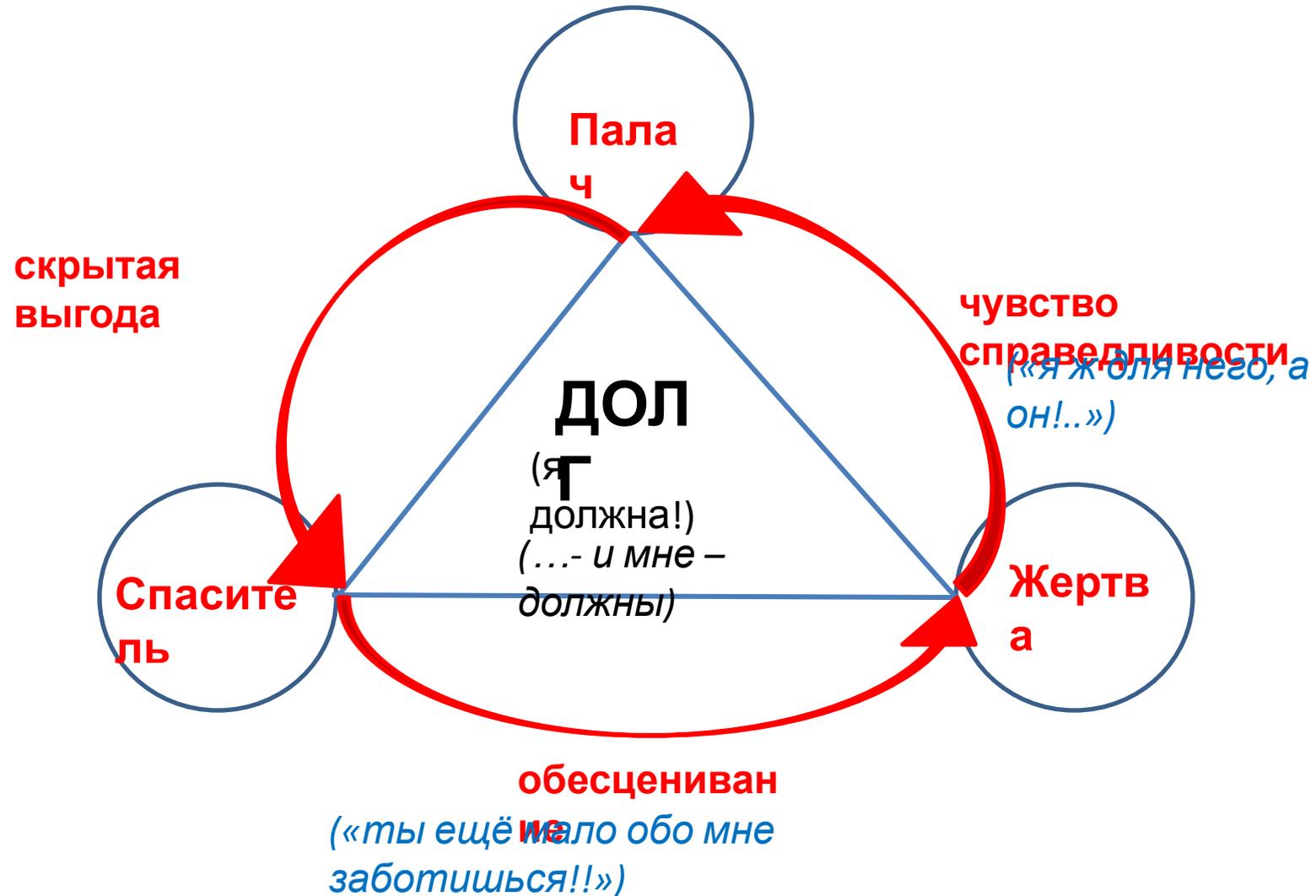
Треугольник  
(«драматический  
треугольник»)

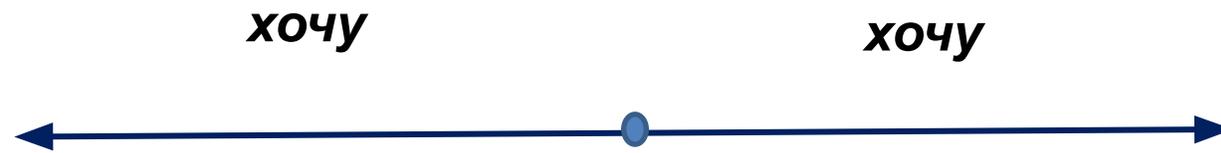


Треугольник  
(«драматический  
треугольник»)

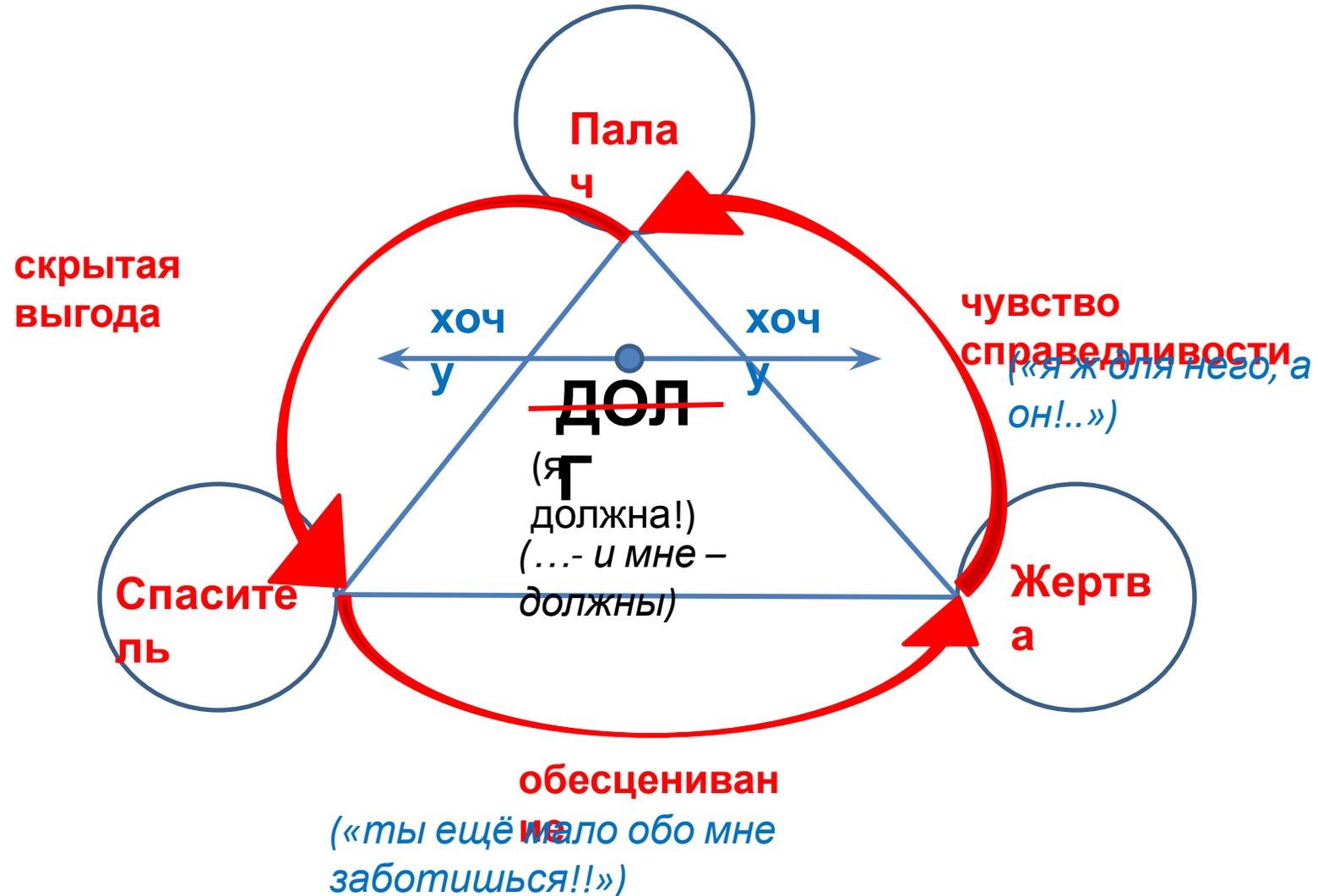


Треугольник  
(«**Карманский**  
**треугольник**»)

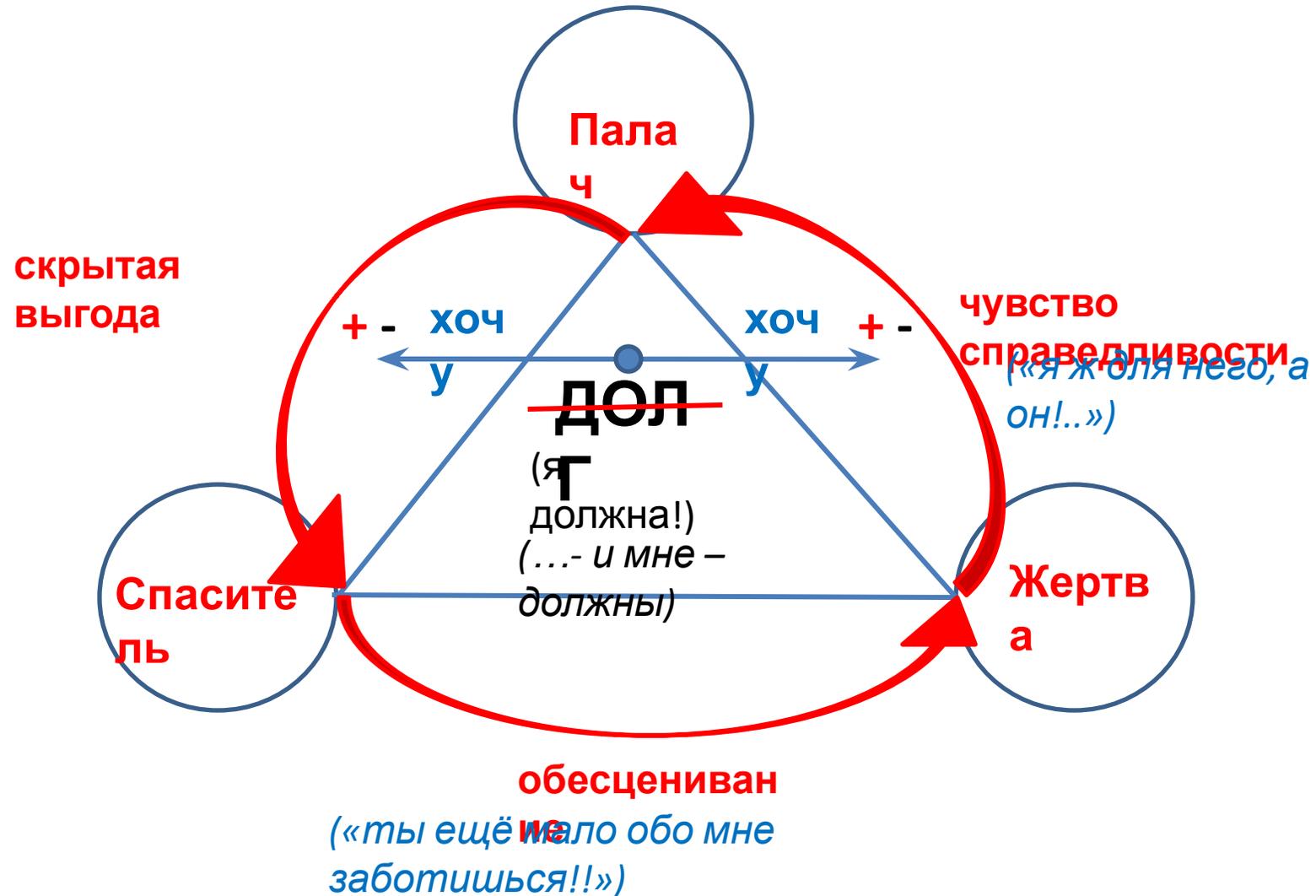




Треугольник  
(«драматический  
треугольник»)



Треугольник  
(«драматический  
треугольник»)



**И ещё...**

**Находить новое, интересное в работе каждый  
день**

**...точнее,  
создавать.**



## Евгений Яковлев

Личные и семейные  
консультации  
по Скайпу  
Бизнес-тренинги и тренинги  
личностного роста в вашем  
городе

8-911-573-9333

[cppinfo@list.ru](mailto:cppinfo@list.ru)

Skype: e89115739333

<http://www.syntone.ru/trainers/>

<https://vk.com/id186672748>

[www.facebook.com/evgeny.yakovlev.376](http://www.facebook.com/evgeny.yakovlev.376)