

## Pomocne pytania podczas rozmowy z pracownikiem o wypaleniu zawodowym.

---

- Jak rozumiesz swoje wypalenie?
- Od jakiego czasu doświadczasz tych objawów?
- Czy próbowałeś/próbowałaś odpocząć, zregenerować się?
- Jeśli nadal czujesz wyczerpanie - może warto skontaktować ze specjalistą np. lekarzem rodzinnym, psychologiem, lekarzem psychiatrą czy też psychoterapeutą?
  
- Jak myślisz, co może być przyczyną Twojego wyczerpania?
- Czy są to obszary funkcjonowania zespołu i organizacji?
- Jakie zmiany możemy wprowadzić, żeby Ci pomóc?
- Czy jest coś, co mogłoby Ci pomóc?
  
- Co jest dla Ciebie ważne i satysfakcjonujące w wykonywanej pracy?
- Co daje Ci poczucie sensu wykonywanej pracy?
- Jakie obszary i umiejętności chcesz rozwijać?
- Czy są jakieś inicjatywy, w które chciałbyś się zaangażować?

Pamiętaj, że jeśli chciałbyś porozmawiać to jestem do Twojej dyspozycji.