Вопрос эмоционального выгорания волнует многих педагогов, но далеко не все знают, как из него выйти или не попадать в него. Этот тренинг развеял мои сомнения. Интересный материал, мастерски донесенный до слушателей. Я получила колоссальный заряд энергии и массу положительных эмоций. Поняла, как важно планировать не только работу, но и досуг, отдых. Практические навыки, полученные на тренинге, смогу не только сама применить, но и познакомить с ними своих коллег.
Савченко Елена Михайловна учитель начальных классов ГБОУ Школа 236

Из тренинга я узнала новые моменты, теоретическую составляющую данной темы о стрессе и выгорании. Тема актуальная для всех в нашей активной и стремительной жизни!!! Большое спасибо Вам за интересный тренинг, за то, что делитесь и стараетесь донести свою полезную и развивающую информацию аудитории.

Давтян Наира Мишаевна секретарь ГБОУ Школа 236