

# Рекомендации педагогам для профилактики и устранения "выгорания"

- Эмоциональное общение.
- Использование "тайм-аутов".
- Овладение умениями и навыками саморегуляции.
- Профессиональное развитие и самосовершенствование.
- Избегание ненужной конкуренции.
- Определение краткосрочных и долгосрочных целей.
- Поддержание хорошей спортивной формы.