

## ПРОГРАМА ПРОВЕДЕННЯ ЗАХОДУ

**Назва заходу:** тренінг з оволодінням практичними навичками

**Тема заходу:** «Ефективне спілкування, покращання стану психічного здоров'я та забезпечення прихильності пацієнтів до лікування ТБ»

**Дата проведення заходу:** 26.08-30.08.2024 р.

**Місце проведення заходу:** Державна установа “Національний науковий центр фтизіатрії, пульмонології та алергології імені Ф. Г. Яновського НАМН України”, м. Київ, вулиця Миколи Амосова, 10.

**Учасники:** 18 осіб

**Спеціальності:** фтизіатрія, дитяча фтизіатрія, організація і управління охороною здоров'я, пульмонологія, сімейна медицина-загальна практика, епідеміологія, сестринська справа, клінічна психологія для спеціалістів з вищою немедичною освітою

### Тренери:

1. к. мед. наук Юлія Сенько , старший науковий співробітник відділу ХРТБ НІФП НАМНУ
2. Ростислав Любевич , молодший науковий співробітник відділу ХРТБ НІФП НАМНУ
3. Леся Щербакова - лікар відділення мультирезистентних форм туберкульозу ННЦ ФПА НАМНУ

Час	Тема	Тренер
<b>1-й день</b>		
09:00 – 10:00	Відкриття тренінгу: представлення цілей та завдань тренінгу. Знайомство учасників. Дотренінгове тестування.	<i>Ю. Сенько</i>
10:00 – 11:00	<b>Презентація 01</b> Поняття психічне здоров'я, підходи та рекомендації ВООЗ із забезпечення психічного здоров'я, підхід громадського здоров'я до вирішення питань психічного здоров'я.	<i>Ю. Сенько</i>
<b>11:00 – 11:30</b>	<b>Перерва на чай - каву</b>	
11:30 – 12:30	<b>Презентація 02</b> Фізіологія та психологія стресу. Вплив стресу на фізичний та психологічний стан людини, на стосунки в сім'ї та в колективі. Феномен вигорання.	<i>Л. Щербакова</i>
12:30 – 13:00	<u>Практичне заняття №1.</u> Базові техніки подолання стресу	<i>Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич</i>
<b>13:00 – 14:00</b>	<b>Перерва на обід</b>	
14:00 – 14:30	<b>Презентація 03 •</b>	<i>Ю. Сенько</i>

	Поняття ефективного спілкування. Види ефективного спілкування, мета їх використання та вплив на психічне здоров'я.	
14:30 – 15:30	<u>Практичне заняття № 2.</u> Експеримент – визначення бар'єрів ефективного спілкування	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
<b>15:30 – 16:00</b>	<b>Перерва на чай – каву</b>	
16:00 – 17:00	<b>Презентація 04 •</b> Психологічна структура та функції спілкування. Навички спілкування. Елементи та етапи спілкування	Л. Щербакова
17:00 – 17:30	Обговорення. Підведення підсумків 1-го дня	Всі учасники
<b>Час</b>	<b>Тема</b>	<b>Тренер</b>
<b>2-й день</b>		
09:00 – 09:30	Підведення підсумків 1-го дня.	Ю. Сенько, Л. Щербакова, Р. Любевич
09:30 – 10:30	<b>Презентація 05 •</b> Навички ефективного спілкування. Створення умов для спілкування. Активне слухання. Надання інформації. Отримання зворотного зв'язку.	Ю. Сенько
10:30 – 11:00	<u>Практичне заняття № 3.</u> Визначення типів запитань	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
<b>11:00 – 11:30</b>	<b>Перерва на чай - каву</b>	
11:30 – 12:30	<u>Практичне заняття № 4.</u> Відпрацювання навичок активного слухання	Ю. Сенько, Л. Щербакова, Р. Любевич
12:30 – 13:00	<b>Презентація 06 •</b> Вплив емоцій на процес спілкування.	Т. Сенько
<b>13:00 – 14:00</b>	<b>Перерва на обід</b>	
14:00 – 14:30	Динамічна вправа – техніки подолання стресу	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
14:30 – 15:30	<b>Презентація 07 •</b> Види емоцій. Діагностика емоцій. Особливості емоційного стану при хронічних захворюваннях.	Ю. Сенько
<b>15:30 – 16:00</b>	<b>Перерва на чай - каву</b>	

16:00 – 16:30	Динамічна вправа – техніки подолання стресу	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
16:30 – 17:30	<b>Презентація 08 •</b> Можливості керування емоціями та впливу на психічне здоров'я. Психологія, психотерапія, психіатрія – визначення понять, мета та призначення. Можливості та інструменти психології, психотерапії та психіатрії.	Ю. Сенько
17:35 -17:40	Підведення підсумків 2-го дня.	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
<b>Час</b>	<b>Тема</b>	<b>Тренер</b>
<b>3-й день</b>		
09:00 – 09:30	Підведення підсумків 1-го та 2-го дня.	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
09:30 – 10:00	<b>Презентація 09 •</b> Психоосвіта та психодіагностика. Роль скринінгу у покращанні стану психічного здоров'я.	Ю. Сенько
10:00 – 11:00	<u>Практичне заняття №5</u> Ознайомлення із інструментами для скринінгу та діагностики психічних порушень.	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
<b>11:00 – 11:30</b>	<b>Перерва на чай - каву</b>	
11:30 – 12:30	<b>Презентація 10 •</b> Вплив психічного здоров'я на лікування туберкульозу. Рекомендації ВООЗ із забезпечення психічного здоров'я протягом лікування туберкульозу.	Ю. Сенько
12:30 – 13:00	<u>Практичне заняття №6</u> Знайомство та обговорення програми MhGar та можливостей її застосування у фтизіатрії. Посилання на онлайн тренінги з MhGar.	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
<b>13:00 – 14:00</b>	<b>Перерва на обід</b>	
14:00 – 15:00	<b>Презентація 11•</b> Робота з емоціями пацієнта. Види емоцій. Техніки подолання кризових ситуацій.	Л. Щербакова
15:00 – 15:30	<u>Практичне заняття №7.</u> Визначення основних емоційних проблем пацієнта з ТБ	Ю. Сенько
<b>15:30 – 16:00</b>	<b>Перерва на чай - каву</b>	

16:00 – 16:30	<b>Презентація 12•</b> Робота з емоціями пацієнта. Агресія. Причини та методи подолання	Л. Щербакова,
16:30 – 17:30	<i>Практичне заняття №7.</i> Відпрацювання навичок подолання агресії	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
17:35 -17:40	Підведення підсумків 3-го дня.	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
<b>Час</b>	<b>Тема</b>	<b>Тренер</b>
<b>4-й день</b>		
09:00 – 09:30	Підведення підсумків попередніх 3-х днів.	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
09:30 – 10:00	<b>Презентація 13•</b> Робота з емоціями пацієнта. Образа в контексті прийняття захворювання на ТБ. Прояви та вплив на емоційний стан. Методи роботи з образами	Л. Щербакова
10:00 – 11:00	<i>Практичне заняття №8.</i> Відпрацювання навичок роботи з образами	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
<b>11:00 – 11:30</b>	<b>Перерва на чай - каву</b>	
11:30 – 12:00	<b>Презентація 14•</b> Робота з емоціями пацієнта. Почуття провини в контексті прийняття захворювання на ТБ. Самостигматизація. Прояви та вплив на емоційний стан. Методи роботи	Ю. Сенько
12:00 – 13:00	<i>Практичне заняття №9.</i> Відпрацювання навичок роботи з провиною та самостигматизацією	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
<b>13:00 – 14:00</b>	<b>Перерва на обід</b>	
14:00 – 15:00	<b>Презентація 15•</b> Основи конфліктології. Причини та розвиток конфліктів, методи їх розв'язання та запобігання конфліктам	Л. Щербакова
15:00 – 15:30	<i>Практичне заняття №10.</i> Виявлення та видалення конфліктогенів	Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич
<b>15:30 – 16:00</b>	<b>Перерва на чай - каву</b>	
16:00 – 17:00	<b>Презентація 16•</b> Застосування групових технік для покращання емоційного стану	Л. Щербакова
17:00 – 17:30	<i>Практичне заняття №11.</i> Методики впливу на емоційний стан	Ю. Сенько, Л. Щербакова, Р. Любевич

17:35 -17:40	<i>Підведення підсумків 4-го дня.      Всі учасники</i>	
<b>Час</b>	<b>Тема</b>	<b>Тренер</b>
<b>5-й день</b>		
09:00 – 09:30	Підведення підсумків попередніх 4-х днів.	<i>Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич</i>
09:30 – 10:00	<b>Презентація 17•</b> Етика взаємодії з пацієнтом. Психологічні позиції залежно від фокусу відповідальності. Техніка емоційної безпеки.	<i>Ю. Сенько,</i>
10:00 – 11:00	<b>Практичне заняття №12.</b> Відпрацювання навичок ефективного спілкування з урахуванням позиції відповідальності пацієнта	<i>Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич</i>
<b>11:00 – 11:30</b>	<b>Перерва на чай - каву</b>	
11:30 – 12:00	<b>Презентація 17•</b> Профілактика феномену вигорання. Самодіагностика, само- та взаємодопомога.	<i>Ю. Сенько</i>
12:00 – 13:00	<b>Практичне заняття №13.</b> Складання індивідуального плану підтримки ментального здоров'я	<i>Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич</i>
13.00 – 14.00	Післятренінгове тестування. Підведення підсумків, завершення тренінгу	<i>Ю. Сенько, Л. Щербакова Р. Любевич</i>
<b>14:00 – 15:00</b>	<b>Обід</b>	