

**ПРОГРАМА ПРОВЕДЕННЯ ЗАХОДУ**

Тема заходу: «Профілактика феномену вигорання медичних працівників на робочому місці»

Вид заходу: тренінг

Дата проведення заходу: 24-26 березня 2026 року

Місце проведення тренінгу готель «Золота гора», Закарпатська область, Ужгородський р-н, с. Барвінок, урочище «Золота гора», конференц-зала

ТРЕНЕРИ:

Іванова Олена - професор кафедри психології, педагогіки та суспільних дисциплін Державного податкового університету;

Тетяна Безулик – РАТН «Організація оптимальних технологій в сфері охорони здоров'я» в Україні, Консультант Проекту «Підтримка зусиль з контролю за туберкульозом в Україні»

Загальний обсяг навчального навантаження - 19 астрономічних год. / 25 академічних год.

| Час | Тема | Фасилітатор |
|----------------------|--|---------------------------------|
| 1-й день | | |
| 09:00 – 10:20 | Відкриття тренінгу: представлення цілей та завдань тренінгу. Знайомство учасників. Спільне формування правил ефективної роботи під час тренінгу. Вхідне анкетування учасників тренінгу. | Олена Іванова Тетяна Безулик |
| 10:20 – 10:40 | Презентація 01 • Синдром емоційного вигорання (Феномен вигорання). Поняття, причини виникнення професійного вигорання у медичних працівників, симптоми, вплив на продуктивність та на якість життя. | Олена Іванова |
| 10:40 – 11:00 | <i>Практичне заняття 1.</i> Анкетування на наявність симптомів вигорання | Олена Іванова |
| 11:00 – 11:30 | Перерва на чай - каву | |
| 11:30 – 12:30 | Презентація 02 • Фізіологія та психологія стресу. Вплив стресу на фізичний та психологічний стан людини, на стосунки в сім'ї та в колективі. | Олена Іванова |
| 12:30 – 13:00 | <i>Практичне заняття №2.</i> Техніки подолання стресу | Олена Іванова |
| 13:00 – 14:00 | Перерва на обід | |

| | | |
|----------------------|---|---------------------------------|
| 14:00 – 14:30 | Презентація 03 • Поняття робочий стрес, аналіз складових робочого стресу. | Тетяна Безулик |
| 14:30 – 15:30 | <i>Практичне заняття № 3.</i> Оцінка рівня робочого стресу та визначення його причин. Напрацювання пропозицій по зменшенню рівня робочого стресу | Тетяна Безулик |
| 15:30 – 16:00 | Перерва на чай – кава | |
| 16:00 – 16:30 | Презентація 04 • Вплив організації роботи та типу управління на виникнення робочого стресу. | Тетяна Безулик |
| 16:30 – 17:20 | <i>Практичне заняття №4.</i> Ділова гра – дослідження типів управління та їх впливу на емоційний стан співробітників. | Тетяна Безулик |
| 17:20 – 17:30 | Підведення підсумків 1-го дня | Олена Іванова Тетяна Безулик |
| Час | Тема | |
| 2-й день | | |
| 09:00 – 09:30 | Підведення підсумків 1-го дня. | Олена Іванова Тетяна Безулик |
| 09:30 – 09:50 | <i>Інтерактивне спілкування:</i> Обмін досвідом профілактики професійного вигорання у закладі/відділенні | Тетяна Безулик |
| 09:50 – 10:30 | Презентація 05 • Нормативно-правове забезпечення: психосоціальна підтримка на робочому місці та профілактика професійного вигорання медичних працівників | Тетяна Безулик |
| 10:30 – 11:00 | <i>Практичне заняття №5.</i> Шляхи впровадження Методичних рекомендацій МОЗ з профілактики професійного вигорання у закладі/відділенні | Тетяна Безулик |
| 11:00 – 11:30 | Перерва на чай - каву | |
| 11:30 – 12:10 | <i>Практичне заняття №5. (продовження)</i> Шляхи впровадження Методичних рекомендацій МОЗ з профілактики професійного вигорання у закладі/відділенні (зворотній зв'язок) | Тетяна Безулик |
| 12:10 – 12:30 | Презентація 06 • Інструменти впровадження заходів з профілактики професійного вигорання медичних працівників у закладі/відділенні | Тетяна Безулик |
| 12:30 – 13:00 | <i>Практичне заняття №6. Інтерактивне спілкування.</i> Огляд запропонованих заходів з профілактики професійного вигорання та визначення потреб закладу/відділення | Тетяна Безулик |
| 13:00 – 14:00 | Перерва на обід | |
| 14:00 – 14:30 | Презентація 07 • Основи конфліктології. Причини та розвиток конфліктів, методи їх розв'язання та запобігання конфліктам залежно від фази їх розвитку | Олена Іванова |

| | | |
|----------------------|--|---------------------------------|
| 15:00 – 15:30 | <i>Практичне заняття №7</i> Вирішення завдань із виявлення та вирішення конфліктів. | Олена Іванова |
| 15:30 – 16:00 | Перерва на чай - каву | |
| 16:00 – 16:40 | Презентація 08 • Особливості взаємодії з хворими на туберкульоз. Основи безконфліктного спілкування з пацієнтом. | Олена Іванова |
| 16:40 – 17:20 | <i>Практичне заняття №8</i> Вирішення завдань із виявлення та вирішення конфліктів. | Олена Іванова |
| 17:20 - 17:30 | Підведення підсумків 2-го дня. | Олена Іванова Тетяна Безулик |
| Час | Тема | |
| 3-й день | | |
| 09:00 – 09:30 | Підведення підсумків 1-го та 2-го днів. | Олена Іванова Тетяна Безулик |
| 09:30 – 10:30 | Презентація 09• Ефективне спілкування – поняття, методи професійного спілкування | Тетяна Безулик |
| 10:30 – 11:00 | <i>Практичне заняття №9.</i> Рольова гра – демонстрація методів ефективного спілкування | Тетяна Безулик |
| 11:00 – 11:30 | Перерва на чай - каву | |
| 11:30 – 12:10 | Презентація 10• Навички ефективного спілкування. | Олена Іванова |
| 12:10 – 13:00 | <i>Практичне заняття №10.</i> Вирішення практичних завдань для відпрацювання навичок ефективного спілкування | Олена Іванова |
| 13:00 – 14:00 | Перерва на обід | |
| 14:00 – 14:30 | Презентація 11• Робота з емоціями та ставленням. Взаємозв'язок думок, емоцій та поведінки. Вироблення стресостійкості. | Олена Іванова |
| 14:30 – 15:30 | <i>Практичне заняття №11.</i> <i>Вирішення завдань із опрацювання непродуктивних думок</i> | Олена Іванова |
| 15:30 – 16:00 | Перерва на чай - каву | |
| 16:00 – 16:50 | Презентація 12• Особливості взаємодії з людьми, які перебувають в стані стресу/тривоги. Надання першої психологічної допомоги. | Олена Іванова |
| 16:50 – 17:20 | <i>Практичне заняття №12.</i> Відпрацювання технік надання першої психологічної допомоги | Олена Іванова |
| 17:20 -18:30 | Заключне анкетування учасників тренінгу. Відповіді на запитання. Підведення підсумків тренінгу. Завершення | Олена Іванова Тетяна Безулик |