



ПРОГРАМА

Вид заходу: тренінг

Тема: «Боротьба із стресом на рівні громади як елемент профілактики інфекційних та неінфекційних захворювань»

18-20.08.2026

Місце проведення тренінгу: Закарпатська область, Ужгородський, с.Барвінок, Урочище "Золота Гора", вул. Едмунда Егана,50, конференс-зала

Контактна особа, яка відповідає за реєстрацію заходу: Чабаненко Денис Вікторович,
т.067-811-05-54

Контактна особа, яка відповідає за проведення заходу: Бродський Михайло Юрійович,
т.050-320-55-21

ТРЕНЕРИ:

Вячеслав Мусат – РАТН «Організація оптимальних технологій в сфері охорони здоров'я» в Україні, менеджер;

Наталія Давиденко – 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 - 18 астрономічних год. / 24 академічних год.

ДЕНЬ 1

ЧАС	ЗМІСТ	ФАСИЛИТАТОРИ
09:00– 10:00	Реєстрація учасників	Михайло Бродський, Голова тренінгового хабу РАТН, м. Дніпро
10:00 – 10:40	Відкриття тренінгу. Презентація проєкту РАТН. Знайомство з тренерами та учасниками. Мета та завдання тренінгу	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
10:40 -11:00	Презентація 01 «Поняття здоров'я, сучасні підходи та рекомендації ВООЗ із забезпечення здоров'я, підхід громадського здоров'я. Вплив стресу на здоров'я населення, можливості профілактики»	Наталія Давиденко
11:00 – 11:30	Перерва на каву.	
11:30 – 12:15	Презентація 02 «Фізіологія та психологія стресу. Вплив стресу на фізичний та психологічний стан людини»	Вячеслав Мусат

12:15 – 13:00	Практичне заняття №1. «Відпрацювання ланцюга розвитку стресу та їх місце у ланцюгу»	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
13:00 – 14:00	Обід	
14:00 – 14:15	Динамічна вправа	Наталія Давиденко
14:15 - 14:45	Презентація 03. «Скринінг – поняття, мета, завдання, основи ефективності скринінгу. Скринінг на стан емоційного здоров'я – алгоритм та основні принципи»	Вячеслав Мусат
14:45 – 15:30	Практичне заняття №2. Обговорення практичних задач із проведенням скринінгу	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
15:30 – 16:00	Перерва на каву	
16:00 – 16:35	Презентація 04. Основи ефективного спілкування. Використання ефективного спілкування у роботі медичного працівника.	Наталія Давиденко
16:35 – 17:00	Практичне заняття №3. Експерименти – вивчення бар'єрів ефективного спілкування та методів їх подолання	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
17:00 – 17:30	Відповіді на запитання. Підведення підсумків дня.	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко

ДЕНЬ 2.

ЧАС	ЗМІСТ	ФАСИЛИТАТОРИ
09:00 – 09:10	Обговорення 1-го дня	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
09:10 – 10:00	Презентація 05 «Алгоритм ефективного спілкування. Техніки та навички ефективного спілкування»	Наталія Давиденко
10:00 – 10:20	Практичне заняття №4. Рольова гра. Демонстрація видів спілкування з медичних питань.	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
10:20 – 11:00	Практична вправа №5 Відпрацювання прикладів спілкування лікаря з пацієнтом.	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
11:00 – 11:30	Перерва на каву	
11:30 – 11:45	Практичне заняття №6. Відпрацювання навичок активного слухання (запитання)	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
11:45 -11:50	Інтерактив: тест на активне слухання	Вячеслав Мусат
11:50 -12:00	Презентація 06 «Особливості взаємодії з урахуванням стану пацієнта. Техніки надання неприємної стресової інформації»	Вячеслав Мусат

12:00 – 12:30	Практичне заняття №7. Відпрацювання навичок надання неприємної інформації пацієнту.	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
12:30 – 13:00	Інтерактив: повідомлення неприємної інформації, спілкування з учасниками	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
13:00 – 14:00	Обід	
14:00 – 14:10	Динамічна вправа	Наталія Давиденко
14:10-14:40	Презентація 07. «Надання першої психологічної допомоги.»	Вячеслав Мусат
14:40-15:15	Практичне заняття №8. Рольова гра. Надання першої психологічної допомоги	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
15:15 – 15:30	Техніки подолання стресу (гра)	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
15.30 – 16.00	Перерва на каву	
16:00 – 16:25	Презентація 08. «Методи само- та взаємодопомоги для подолання стресу»	Вячеслав Мусат
16:25 -16:50	Практичне заняття №9. Відпрацювання методів подолання стресу	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
16:50 – 17:30	Презентація 09 “Профілактика професійного вигорання медичних працівників”	Наталія Давиденко
17:30 – 18:00	Відповіді на запитання. Підведення підсумків дня.	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко

ДЕНЬ 3.

ЧАС	ЗМІСТ	ФАСИЛІТАТОРИ
09:00 – 09:10	Обговорення 1-го та 2-го днів	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
09:10 – 09:40	Презентація 10. «Методи вироблення стресостійкості»	Наталія Давиденко
09:40 – 10:00	Практичне заняття №10 Тест BASIC Ph та його практичне використання.	Наталія Давиденко
10:00 – 11:00	Практичне заняття №11. Відпрацювання методів вироблення стресостійкості	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
11:00– 11:30	Перерва на каву	
11:30 – 12:20	Презентація 11. «Поняття емоційний інтелект. Думати по-іншому, змінювати сприйняття – взаємозв’язок думок, емоцій та поведінки»	Вячеслав Мусат

12:20 – 13:00	Практичне заняття №12. Відпрацювання техніки зміни думок	Вячеслав Мусат
13:00-13:20	Підведення підсумків тренінгу.	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
13:20-13:40	Заключне тестування	Вячеслав Мусат
13:40- 14:00	Відповіді на питання.	Вячеслав Мусат Наталія Давиденко
14:00-15:00	Обід	