

ПРОГРАМА ПРОВЕДЕННЯ ЗАХОДУ БПР працівників сфери охорони здоров'я

1.	Тема заходу БПР	Перша психологічна допомога в кризових станах.
2.	Вид заходу БПР	Майстер-клас
3.	Дата проведення	12-13.03.2026
4.	Опис структури заходу	<p style="text-align: right;">12.03.2026</p> <p>9.00. Реєстрація 9.15. Вітальне слово. Оголошення регламенту роботи</p> <p>Модуль 1: Вступ до першої психологічної допомоги 9.30 – 11.00 Кметик О. В. <i>Тема 1.1: Що таке перша психологічна допомога? (1 година)</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Визначення, принципи та етичні аспекти ППД.• Відмінності ППД від психотерапії та психологічного консультування.• Мета та завдання ППД в умовах складних життєвих обставин. <p><i>Тема 1.2: Особистісні реакції на стрес і травму (1 година)</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Типові реакції на стрес.• Ефективна комунікація з людьми в стані дистресу <p>Перерва 11.00 – 11.30</p> <p>Модуль 2: Основні принципи та навички ППД 11.30 – 13.30 Кметик О. В. <i>Тема 2.1: Модель ППД "Дивись, Слухай, Направляй" (1 година)</i></p> <ul style="list-style-type: none">• "Дивись": оцінка ситуації, розпізнавання потреб та стану пацієнта.

- "Слухай": активне слухання, створення безпечної атмосфери, ненав'язливе спілкування.
- "Направляй": надання інформації, допомога у зв'язку з близькими та фахівцями.
- Практичні вправи на відпрацювання навичок активного слухання.

Тема 2.2: Специфічні ситуації надання ППД

- Спілкування з родичами пацієнта.
- Надання допомоги дітям.
- ППД при втраті чи горі.

Тема 2.3: Комунікативні техніки для кризових ситуацій

- Як говорити з пацієнтом у стані шоку, паніки, відчаю.

13.03.2026

Модуль 3: Практичне застосування та самопомога

9.00 – 10.30 Кметик О. В.

Тема 3.1: Профілактика професійного вигорання та самопомога

- Ознаки та стадії професійного вигорання у медичних працівників.

Тема 3.2: Ефективні техніки для подолання стресу

- Стратегії самопомоги: турбота про себе, відпочинок, хобі.
- Техніки релаксації та відновлення після стресу.

Перерва 10.30 – 11.00

11.00 – 13.00. Кметик О. В.

Тема 3.3: Надання емоційної підтримки та заспокоєння.

- Техніки емоційної регуляції: заземлення, дихальні вправи.
- Практикум: рольові ігри, симуляція ситуацій
- Обговорення та обмін досвідом: групова дискусія.

		13.00 – 13.40 Тестування підсумкове
5.	Форма підсумкового контролю	Тестування (20 тестових та ситуаційних завдань). Для успішного проходження тестування, слухач повинен правильно відповісти на 60 % запитань (12 правильних відповідей). Зараховане тестування позначається як виконав, незараховане – не виконав
6.	Загальний обсяг навчального навантаження	кількість астрономічних годин/академічних годин - 7.5/10 год
	Резюме тренера:	Кметик О. В. – практичний психолог, викладач психології Чортківського медичного фахового коледжу