

**Общероссийская общественная организация
Ассоциация медицинских сестер России**

**Региональная общественная организация
«Ассоциация медицинских сестер Тамбовской области»»**

Тренинг

**«Профилактика профессионального выгорания через обучение
эффективной коммуникации в медицинской среде». День 1**

ПРОГРАММА

Дата проведения 1 августа 2025 года

Место проведения: г. Тамбов, ул. Рылеева, 80 поликлиника ГБУЗ ТОДКБ

Спикер:

Устинова Юлия Александровна - клинический психолог, спикер межрегиональных и всероссийских вебинаров и научно-практических конференций для медицинских работников, спикер обучающих мероприятий Высшей медицинской школы, операционная медицинская сестра гинекологического отделения ТОГБУЗ «Моршанская ЦРБ», спикер проекта "Служба психологического сопровождения специалистов помогающих профессий "Феникс", реализуемого АНО "Лидеры перемен".

9.30-10.00	Регистрация
10.00-10.30	Открытие семинара-тренинга Знакомство участников, презентация программы, вводный шеринг.
10.30-12.15	Профессиональное выгорание. Методы профилактики и преодоления
12.15-12.20	Дыхательная гимнастика Пятиминутка физической активности
12.20-12.35	Кофе-брейк/перерыв
12.35-14.00	Лидер и команда. Методы эффективного управления при выявлении выгорания у сотрудников
14.00-15.00	Перерыв
15.00-16.45	Построение сети эффективной коммуникации как фактор профилактики профессионального выгорания
16.45-16.50	«Умная гимнастика» Пятиминутка физической активности
16.50-17.05	Кофе-брейк/перерыв
17.05-17.45	Методы саморегуляции как профилактика профессионального выгорания
17.45-18.00	Финальная дискуссия