

Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowane przez Ministra Zdrowia

**Nr Umowy:** 6/18/85195/NPZ/2021/1748/1226

**Realizator:** Stowarzyszenie Edukacyjno-Oświatowe „Erudycja”

**Nazwa zadania:** Szkolenia dla personelu mającego kontakt z pacjentem cierpiącym na zaburzenia psychiczne oraz jego rodziną

**Produkt wytworzony w ramach realizacji zadania:** Program szkolenia

**Temat szkolenia:**

Komunikowanie się z osobą z zaburzeniami psychicznymi oraz jego rodziną

**Liczba godzin szkolenia:**

16 h dydaktycznych

**Ogólny cel szkolenia:**

Podniesienie kompetencji komunikacyjnych personelu mającego kontakt z pacjentem cierpiącym na zaburzenia psychiczne oraz z rodziną chorego.

**Plan szkolenia**

**I. Część wykładowa (8 h dydaktycznych):**

1. Definicja komunikowania
2. Kluczowe elementy procesu komunikacji
3. Rodzaje komunikowania się
4. Poziomy komunikowania się
5. Bariery w komunikowaniu się
6. Komunikowanie się terapeutyczne – cechy charakterystyczne
7. Techniki sprzyjające poprawie w zakresie komunikowania się
8. Komunikacja wykorzystująca komunikaty typu Ja – Ty
9. Nauka odmawiania – technika FAVER
10. Definicja zaburzenia psychicznego
11. Specyfika komunikowania się z osobami z wybranymi zaburzeniami psychicznymi
12. Komunikowanie się z rodziną osoby z zaburzeniami psychicznymi

**II. Część warsztatowo-ćwiczeniowa (8 h dydaktycznych):**

1. Istota dobrego komunikowania się. *Ćwiczenie: Narysuj układ figur geometrycznych.*
2. Narzędzia komunikacji werbalnej i niewerbalnej. Różnice językowe pojawiające się w komunikacji opartej o symbole i ich wpływ na zrozumienie komunikatu. *Ćwiczenie: Wyobraź sobie i opisz przedmiot.*
3. Zwiększanie samoświadomości podczas komunikowania się. *Ćwiczenie: Autodiagnoza.*
4. Zwiększanie samoświadomości i kontroli emocjonalnej podczas komunikowania się. Lista zachowań-emocji. *Ćwiczenie: Wypisz trudne dla siebie zachowania innych osób.*
5. Zwiększanie samokontroli emocjonalnej podczas komunikowania się. *Ćwiczenie: Zapanuj nad emocjami.*
6. Narzędzia ukazujące błędy, trudności komunikacyjne. *Ćwiczenie: Jak się czujesz z tym komunikatem?*
7. Narzędzia wzmacniające efektywność komunikacji. Aktywne i uważne słuchanie.

Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowane przez Ministra Zdrowia

*Ćwiczenie: Posłuchaj, co Ci opowiem.*

8. Narzędzia wzmacniające efektywność komunikacji. Komunikat Ja- Ty. *Ćwiczenie: Zamień komunikaty typu Ty w komunikat typu Ja.*

9. Narzędzia ukazujące problemy, trudności komunikacyjne. *Ćwiczenie: Mapa trudnych rozmów.*

10. Narzędzia wzmacniające efektywność komunikacji. Nauka asertywnego odmawiania.

*Ćwiczenie: Odmawianie z zastosowaniem elementów techniki FAVER.*

11. Narzędzia komunikacji niewerbalnej. Zwiększanie świadomości znaczenia gestów i innych komunikatów przekazywanych drogą pozawerbalną w komunikowaniu się. *Ćwiczenie: Odczytaj komunikat niewerbalny.*

12. Narzędzia wzmacniające efektywność komunikacji. Parafrazowanie. Odzwierciedlanie.

*Ćwiczenie: Czy dobrze Cię zrozumiałem.*

13. Narzędzia wzmacniające zasoby własne. *Ćwiczenie: Mój herb.*

**Opracowanie:**

Lekarz – specjalista psychiatrii Karol Talkowski

Mgr psychologii Milena Fedorczyk