



Тренинг. «10% тебя»

Выездной мотивационный тренинг

Профилактическая программа
Н.Р.Манько

Тренинг «10% тебя»

Общение как часть лечебного процесса

Цель мотивационного тренинга — овладение методами активизации актуально действующих мотивов человека.

Тренинг направлен

- исследование психологических проблем участников по снижению неблагоприятного влияния на здоровье поведенческих ФР (рациональное питание, двигательная активность, управление стрессом, отказ от вредных привычек) и оказание помощи в их решении;
- улучшение субъективного самочувствия и укрепление мотивации у работников Общества здорового образа жизни.

С 2017 года реализуется комплексная программы профилактики сердечно-сосудистых заболеваний работников общества ООО «Газпром трансгаз Югорск»

В рамках реализованных мероприятий по контролю за состоянием здоровья работников в том числе имеющих заболеваний сердечно-сосудистых системы.

Проведена аналитическая работа медицинских заключений, по результатам проведенного медицинского осмотра на предмет выявления работников имеющих сердечно-сосудистых заболеваний .

Целевая аудитория



Признаки целевого контингента:

- Работники уже имеющие факторы риска, но без артериальной гипертензии;
- Работники, состоящие с артериальной гипертензией;
(2 группа риска)
- Работники с сердечно-сосудистым заболеваниями без артериальной гипертензии;

Для выявления целевой аудитории работников:

Проведения целенаправленного анкетирования на выявление нуждающихся работников за заинтересованных в такой работе.

Анализ трекера привычек.



Исполнители.

- Руководители филиалов Общества;
- Медицинская служба ООО «Газпромтрансгаз» г. Югорск;

Со-исполнители:

- УПЦ ООО «Газпромтрансгаз» г. Югорск;
- Молодежный комитет;

Краткое описание

«Здоровье как ресурсное состояние личности»

- Данная профилактическая программа , состоит из серии выездных встреч – тренингов .
Тренинг –это форма специального организованного обучения , для самосовершенствования.
- Проводится совместная работа врачей - специалистов и психолога, инструктора по ЛФК.

Работа направлена :

анализу причин и факторов, влияющих на индивидуальное здоровье

на обучение работника к выбору цели, составлению плана индивидуальных действий по оздоровлению и модификации образа жизни.

формирование у пациентов практических навыков по оказанию первой доврачебной помощи в случаях обострений и кризов.

формирование у пациентов умений и навыков по самоконтролю за состоянием здоровья.

приверженность к лечению и выполнению назначенных рекомендаций.

повышение ответственности работника за сохранение своего здоровья.

Заключение

На данную работу меня вдохновила работа Тюменского университета регионального центра повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников здравоохранения.

Основная мысль ,заключается в следующем что, осуществлять гигиеническое обучение и воспитание граждан России, должны медицинские работники.

Эксперты ВОЗ периодически рассчитывают по специальной методике показатель заботы людей о своем здоровье в разных странах мира (по 10-тибальной шкале).

В 2000 году этот показатель был равен в США – 8,9; в Англии– 7,3; в России – 0,7, по существу самообеспечение здоровья практически отсутствовало в иерархии потребностей населения.

Спасибо за внимание !

