

ДЕНЬ 2. 29 квітня 2025 року	
ЧАС	АКТИВНІСТЬ
11:30-12:00	Кава-пауза
12:00-13:30	Відпрацювання інструкторських навичок учасників за темою «Перша психологічна допомога»
13:30-14:30	Обід
14:30-16:00	Відпрацювання практичних навичок учасників/-ць за темою «Перша психологічна допомога»
16:00-16:30	Кава-пауза
16:30-18:00	Арттерапія
18:00-19:00	Вечеря

ДЕНЬ 3. 30 квітня 2025 року	
ЧАС	АКТИВНІСТЬ
9:00-10:00	Сніданок
10:00-11:30	Лекція: Ресурси та Basic Ph (B – Переконавання та цінності, A – Емоційна реакція, S – Соціальна підтримка, I – Сила уяви, C – Мислення, Ph – Фізична активність): теорія, тест для визначення особистих стратегій подолання.
11:30-12:00	Кава-пауза
12:00-13:30	Практичні вправи
13:30-14:30	Обід
14:30-16:00	Лекція: Стосунки: спілкування з родиною, родичами. Теорія прив'язаності. Техніка «Я-повідомлення»
16:00-16:30	Кава-пауза
16:30-18:00	Арттерапія
18:00-19:00	Вечеря

ДЕНЬ 4. 01 травня 2025 року	
ЧАС	АКТИВНІСТЬ
9:00-10:00	Сніданок
10:00-11:30	Лекція та робота в міні-групах: Вірага. Горювання
11:30-12:00	Кава-пауза
12:00-13:30	Лекція та робота в міні-групах: Суїцидальність. Профілактика суїцидальної поведінки
13:30-14:30	Обід

ДЕНЬ 4. 01 травня 2025 року	
ЧАС	АКТИВНІСТЬ
14:30-16:00	Лекція та робота в міні-групах: Робота з думками в АСТ та КПТ. Формула усвідомлення ACE. Вправа «Руки як думки», «Якір».
16:00-16:30	Кава-пауза
16:30-18:00	Арттерапія
18:00-19:00	Вечеря
19:00-21:00	Підсумковий вечір біля вогнища зі смаженням зефіру

ДЕНЬ 5. 02 травня 2025 року	
ЧАС	АКТИВНІСТЬ
9:00-10:00	Сніданок
10:00-11:30	Вправи на відкритому повітрі, вручення сертифікатів
11:30-12:00	Виселення з номерів, трансфер до м. Харків

Для довідки

Захід організовано за сприяння Програми розвитку ООН (ПРООН) в Україні за фінансової підтримки Уряду Республіки Корея.

Думки, зауваження, висновки або рекомендації, озвучені під час заходу, належать авторам / спікерам і не обов'язково відображають погляди ПРООН, ООН, Уряду Республіки Корея та/або інших міжнародних партнерів.