



## **ПРИМЕНА МОТИВАЦИОНОГ ИНТЕРВЈУА У ЗДРАВСТВЕНО-ВАСПИТНОМ РАДУ НА ПРОМЕНИ СТИЛОВА ЖИВОТА**

28. фебруара – 02. марта 2023., Институт за социјалну медицину, Медицински факултет у Београду

**Руководилац семинара: проф. др Босиљка Ђикановић**  
Медицински факултет Београд, Институт за социјалну медицину

**О КУРСУ:** Нездрави стилови живота су веома учестали и представљају велики изазов, како за пацијенте, тако и за здравствене раднике који треба да им укажу на неопходност њихове промене на ефикасан начин, како би унапредили своје здравље и здравствене исходе. Пацијентима често недостаје мотивација или истрајност за промену, а здравствени радници некада немају довољно разумевања нити знања о процесима кроз које особе пролазе када желе да промене стил живота, нити знају како да адекватно разговарају са пацијентима како би дошло до жељених промена.

Управо из тих разлога развијен је и примењује се мотивациони интервју, као иновативна техника коју могу да користе обучени здравствени радници да би пружили индивидуалну саветодавну подршку пацијентима / клијентима који треба и желе да усвоје здраве стилове живота. У основи мотивационог интервјуа лежи чувени концепт Фазе промене аутора Прохаска и ДиКлементе, који се зове још и Транстеоретски модел (ТТМ). Овај модел објашњава да се особе налазе у различитим фазама промене (преконтемплација, контемплација, припрема, акција, одржавање и терминација), те да прелазак из једне у другу фазу често није једносмеран. Мотивациони интервју је алат који може да помогне да се особа лакше креће кроз фазе промене. Он је најефикаснији код особа које се налазе у фази припреме или фази акције, мада се може примењивати и током фазе контемплације. Требало би имати у виду да мотивациони интервју није ефикасан у случајевима када се обавља са особом која се налази у фази преконтемплације. Мотивациони интервју је усмерен ка олакшавању проласка особе кроз фазе промене, са циљем да се што пре достигне одрживи жељени стил живота, фокусирањем на одређено позитивно здравствено понашање, побуђивањем мотивације за променом, креирањем плана промене и јачањем посвећености промени.

Мотивациони интервју је колаборативни начин вођења који је фокусиран на особу, како би се подстакла и ојачала унутрашња, лична мотивација за промену понашања. Дух мотивационог интервјуа подразумева помагање особи да истражи и разреши сопствене недоумице у вези са стилем живота и навикама, односно факторима „за“ и „против“ промене. При томе, фокус је на самој особи, њеној перцепцији сопственог здравља, разумевању разлога за садашње понашање, и подстицају за размишљање о промени тог понашања. Мотивациони интервју у потпуности уважава личну аутономију и личне изборе особе, не осуђује их на било који начин, већ само путем постављања питања, активног слушања и рефлексјама на добијене одговоре помаже особи да сагледа своје унутрашње снаге, и подстакне унутрашњу мотивацију да донесе одлуке о промени животног стила, у складу са сопственим жељама.

Спровођење мотивационог интервјуа се може упоредити и са плесом између двоје, при чему је фокус на особи која жели да промени дотадашњи стил живота, а здравствени радник усмерава особу на промену тако што поставља питања која јој помажу да спозна и разреши сопствене недоумице, и мотивише се на промену. То је вештина чији се основни принципи усвајају на специјално дизајнираним тренинзима, а усавршавају током континуираног рада, уз повратну информацију тренера/супервизора.

**ЦИЉ КУРСА** је: упознавање са применом концепта Фазе промене или Транстеоретски модел промене понашања и дOMETИМА и ограничењима примене мотивационог интервјуа у индивидуалном саветодавном раду. Учесници ће бити упознати са принципима и оспособљени за вођење мотивационог интервјуа.

**МЕТОДЕ РАДА:** предавања, практичне вежбе, рад у малој групи

**ПРЕДАВАЧИ:** Проф. Др Весна Бјеговић-Микановић, Проф. Др Босиљка Ђикановић, Асс. Др Јована Тодоровић

**ПРОФИЛ СЛУШАЛАЦА:** лекари (специјалисти: социјалне медицине, интерне медицине, педијатрије, гинекологије и акушерства, психијатри итд.), медицинске сестре и здравствени техничари.

**БРОЈ ПОЛАЗНИКА:** максимално 12

**КОТИЗАЦИЈА:** 20.000,00 динара

### **ОСТАЛА ОБАВЕШТЕЊА:**

**▶ ПРИЈАВЉИВАЊЕ ЗА КУРС ЈЕ ОБАВЕЗНО**

И ВРШИ СЕ ЦЕНТРУ ЗА КОНТИНУИРАНУ МЕДИЦИНСКУ ЕДУКАЦИЈУ

**Е-МАИЛ:** [kontinuiranaedukacija@med.bg.ac.rs](mailto:kontinuiranaedukacija@med.bg.ac.rs) **ИЛИ НА ТЕЛЕФОНЕ:** 36 36 3634 И 36 36 364

➔ **КОТИЗАЦИЈА ЗА КУРС** СЕ УПЛАЋУЈЕ НА ТЕКУЋИ РАЧУН МЕДИЦИНСКОГ ФАКУЛТЕТА У БЕОГРАДУ  
840-1139666-89, ПОЗИВ НА БРОЈ RP – 600/1 - 742121

- ➔ **ФИНАНСИЈСКА СЛУЖБА** МЕДИЦИНСКОГ ФАКУЛТЕТА У БЕОГРАДУ - ФАКС 011 36 36 314
- ➔ ИЗДАВАЊЕ РАЧУНА ЗА КУРС - КОНТАКТ ТЕЛЕФОН И ФАКС - 36 36 317
- ➔ ИНФОРМАЦИЈЕ О ПРИСТИГЛИМ УПЛАТАМА ЗА КУРС - КОНТАКТ ТЕЛЕФОН - 36 36 306

ПИБ Медицинског факултета у Београду: 100221404

**\*ПОТВРДА О ИЗВРШЕНОЈ УПЛАТИ СЕ ПРЕДАЈЕ ПРИЛИКОМ РЕГИСТРАЦИЈЕ\***

**ПРОГРАМ ЈЕ АКРЕДИТОВАН ОД СТРАНЕ ЗДРАВСТВЕНОГ САВЕТА РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ  
СА 6 ПОЕНА ЗА ПОЛАЗНИКА КУРСА**

## ПРОГРАМ

### **ПРИМЕНА МОТИВАЦИОНОГ ИНТЕРВЈУА У ЗДРАВСТВЕНО-ВАСПИТНОМ РАДУ НА ПРОМЕНИ СТИЛОВА ЖИВОТА**

28.02. фебруара – 02. марта 2023. – ИНСТИТУТ ЗА СОЦИЈАЛНУ МЕДИЦИНУ

#### *ПРВИ ДАН*

14.30 – 15.30    Мотивациони интервју: порекло, основе, принципи и дух вођења ове врсте здравствено-васпитног рада за промену животних стилова    Б. Ђикановић

Пауза

15.45 – 16.45    Искуства у примени мотивационог интервјуа    Ј. Тодоровић

#### *ДРУГИ ДАН*

14.30 – 16.30    Примена вештина мотивационог интервјуа на развој сета питања за саветовање са конкретном циљном групом    Б. Ђикановић  
Ј. Тодоровић  
В. Бјеговић-Микановић

#### *ТРЕЋИ ДАН*

14.30 - 16.30    Примена вештина за превазилажење отпора у промени животних стилова у конкретној циљној групи и симулација мотивационог интервјуа    Б. Ђикановић  
Ј. Тодоровић  
В. Бјеговић-Микановић

#### *ЧЕТВРТИ ДАН*

14.30 - 16.30    Опсервација индивидуално вођеног мотивационог интервјуа и фидбек – услов за добијање потврде о КМЕ    Б. Ђикановић  
Ј. Тодоровић  
В. Бјеговић-Микановић

16.30 - 17.00    Тест знања    Сви предавачи

17.00 - 17.15    Евалуација курса    Сви предавачи