

Το μοντέλο της **Κινητοποιητικής Συνέντευξης (Motivational Interviewing)** ενδυναμώνει τους ασθενείς και προωθεί θεραπευτικές αλλαγές στη συμπεριφορά μέσα από μια διαδικασία καθοδηγούμενης **αυτό-παρακίνησης**¹. Από τα πιο γνωστά πλαίσια επικοινωνίας του είναι το ακρωνύμιο **OARS (Open Questions, Affirmations, Reflection, Summary)** το οποίο μπορεί να εφαρμοστεί σε 5 βήματα²:

1

Διερευνούμε τα συμπτώματα της νόσου και τις επιπτώσεις που έχουν στη ζωή του ασθενούς με τη χρήση των ανοικτών ερωτήσεων που ενθαρρύνουν τη λεπτομερή έκφραση. Οι ανοικτές ερωτήσεις ξεκινούν, επί των πλείστων, με *τι, πώς, ποιος, που και πότε*.

Ακούμε, παρατηρούμε και επαναδιατυπώνουμε αυτά που μοιράζεται ο ασθενής μαζί μας για να νιώσει ότι εισακούγεται. Επιπλέον, με αυτόν τον τρόπο διασταυρώνουμε ότι κατανοήσαμε σωστά και δεν υποεκτιμούμε την κατάσταση.

2

3

Επιβραβεύουμε τα δυνατά στοιχεία τους ασθενούς και επαινούμε την προσπάθειά του. Η θετική ανατροφοδότηση ενισχύει το κίνητρο και την αυτοπεποίθηση.

Έχοντας εισακούσει, αναγνωρίσει και ενισχύσει τον ασθενή, προχωράμε στην θεραπευτική σύσταση. Ενθαρρύνουμε συμπεριφορές και αλλαγές στην καθημερινότητα που θα συμβάλουν στη βέλτιστη διαχείριση της νόσου, όπως η υιοθέτηση φυσικής δραστηριότητας ή ήπιας άσκησης. Ρωτάμε τον ασθενή πως θα ωφεληθεί με την εφαρμογή της αλλαγής για να ενισχυθεί περαιτέρω το κίνητρο και η δέσμευση.

4

5

Τέλος, συνοψίζουμε τα βασικά σημεία της συζήτησης και τις αποφάσεις που ελήφθησαν από κοινού. Όταν δεν υπάρχει συμφωνία, επαναλαμβάνουμε τη διαδικασία ξεκινώντας πάλι με ανοικτές ερωτήσεις για να διερευνήσουμε και να αντιμετωπίσουμε τους προβληματισμούς τους.

Βιβλιογραφία

1. Miller, W.R., & Rollnick, S. (2012). Motivational Interviewing: Helping people change (3rd ed). New York: Guilford Press
2. Benzo et al. (2013). Development and feasibility of a self-management intervention for chronic obstructive pulmonary disease delivered with motivational interviewing strategies. Journal of cardiopulmonary rehabilitation and prevention, 33(2), 113–123. <https://doi.org/10.1097/HCR.0b013e318284ec67>



CHIESI HELLAS A.E.B.E.

Πλατεία Γερουλάνου & Ρένου Πόγγη 1, 174 55 Άλιμος, Αττική

Αρ. ΓΕΜΗ 002669501000

Τηλ: 210 61 79 763, Fax: 210 61 79 786

E-mail: chiesihellas@chiesi.com

E-mail τμήματος φαρμακοεπαγρύπνησης: pharmacovigilance.gr@chiesi.com

www.chiesi.gr

CH-EC26-07/2024