

TESTSÚLYCSÖKKENTŐ ÉS DOHÁNYZÁSRÓL LESZOKTATÓ KOGNITÍV VISELKEDÉSTERÁPIÁS CSOPORT MÓDSZEREK

Semmelweis Egyetem ÁOK Klinikai Pszichológia Tanszék
2014. MÁRCIUS 7-8.

A testsúlycsökkentés és a dohányzásról leszokás támogatása az egyik legfontosabb és legköltséghatékonyabb intervenció, mivel a legsúlyosabb, gyakran népegészségügyi problémát jelentő betegségek kialakulásában egyértelműen szerepük van pszichés és magatartásbeli tényezőknek. Az elhízás kezelésének három fő, bizonyíték alapú megközelítése a műtéti kezelés, a farmakoterápia és a viselkedésterápia. A kutatások azt mutatják, hogy a viselkedésterápia mérsékelt, de tartós 5-10%-os fogyást eredményez, amely jelentős javulással jár együtt az egészségügyi mutatók, valamint a pszichés jóllét tekintetében egyaránt. A dohányzásról leszokás támogatása segítség nélkül leszokóknak csak mintegy 3-4 %-a lesz tartósan, egy év múlva is absztinens, míg a szakszerű segítséget kapók esetében a leszokás esélye komolyan megnövelhető. A leszokás támogatásának bizonyítottan hatékony tanácsadási megközelítése a kognitív viselkedésterápiás módszereket ötvözi a motivációs interjú szemléletével. A támogatás folyamatának fő kérdései, hogy a kliens miért szokjon le a dohányzásról (a leszokás motivációjának felkeltése és fenntartása), hogyan szokjon le (az önszabályozási maximalizálása), milyen módszerekkel növelhető a leszokás sikeressége (kiegészítő módszerek, farmakoterápia), valamint melyek támogatásban hatékony interakciós jellemzők.

Hazánkban a viselkedésterápiás kezelések még kevésbé ismertek, ezért a képzés célja a módszer szélesebb körű megismertetése

A képzést orvosoknak, pszichológusoknak, szociális munkásoknak, szakápolóknak ajánljuk, akik munkájuk során a fenti problémákkal találkoznak és ilyen (testsúlyproblémákkal küzdő és/vagy dohányzó) páciensekkel dolgoznak. A képzés gyakorlatorientáltan mutatja be azokat a korszerű szempontokat, amelyeket a gyakorló szakember fel tud használni a testsúlycsökkenést / leszokást támogató munkája során.

Kreditpont érték: 16 pont, akkreditációs kód: SE-TK/2014.I./00224

Tanfolyam vezetők: Dr. Perczel Forintos Dóra, Dr. Urbán Róbert

Időtartam: 2 x 8 óra (2014. március 7-8.)

Helyszín: Semmelweis Egyetem, Klinikai Pszichológia Tanszék (1083 Budapest, Tömő u. 25-29)

Részvételi díj: 24 000 Ft

Tanfolyam jellege: kötelezően választható

Jelentkezés: Mátyás Krisztina, 459-1493, klinpszicho@med.semmelweis-univ.hu **vagy** az OFTEX honlapon.