

DIALOG MOTYWUJĄCY

POLECANE MATERIAŁY DO DALSZEGO ROZWOJU

Lista książek, badań naukowych
i artykułów przygotowana przez:

Cezarego Barańskiego

dla uczestników webinaru:

*„Dialog Motywujący: od bezradności
do najbliższej możliwej zmiany”*



Cezary Barański



DZIĘKUJEMY ZA UDZIAŁ W WEBINARZE!

Dialog Motywujący jest podejściem rozwijanym od ponad 40 lat i wykorzystywanym w wielu obszarach pracy z drugim człowiekiem — od psychoterapii i terapii uzależnień po ochronę zdrowia, edukację i pomoc społeczną.

Przygotowaliśmy tę listę dla osób, które chcą dalej poznawać DM, rozwijać swój warsztat i pogłębiać rozumienie procesu zmiany.

Znajdziesz tutaj:

 najważniejsze książki dostępne na rynku polskim,

 artykuły naukowe i metaanalizy,

 artykuły popularnonaukowe i wywiady.

Materiały zebrał dla Was **Cezary Barański**.

JAK KORZYSTAĆ Z TEGO PRZEWODNIKA?

Od czego zacząć?



Jeśli dopiero poznajesz

Dialog Motywujący:

zaczynij od książek Millera i Rollnicka — twórców podejścia DM.



Jeśli interesuje Cię skuteczność DM:

sięgnij do metaanaliz i badań dotyczących zastosowania Dialogu Motywującego w różnych obszarach.



Jeśli pracujesz klinicznie:

zwróć uwagę na materiały dotyczące psychoterapii, zdrowia psychicznego i uzależnień.

1. KSIĄŻKI

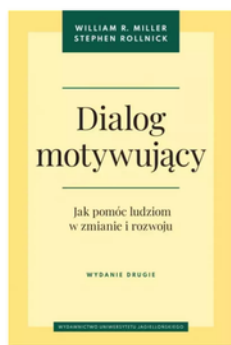
PODSTAWY DIALOGU MOTYWUJĄCEGO



1. Rozwijanie umiejętności w Dialogu Motywującym. Podręcznik praktyka

David B. Rosengren

Praktyczny przewodnik rozwijania umiejętności prowadzenia rozmowy w duchu Dialogu Motywującego.



2. Dialog Motywujący. Jak pomóc ludziom w zmianie i rozwoju

William R. Miller, Stephen Rollnick

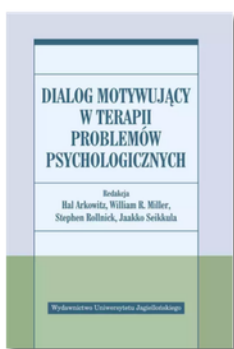
Jedna z najważniejszych publikacji opisujących założenia, ducha i praktyczne zastosowanie Dialogu Motywującego.

Wskazówka:

W sekcji z książkami wystarczy kliknąć w okładkę wybranej publikacji — zostaniesz przeniesiony/a bezpośrednio do strony książki.

1. KSIĄŻKI cd.

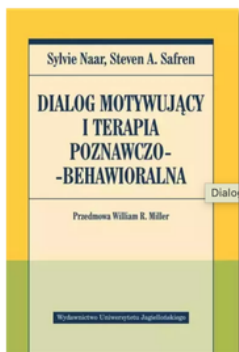
DIALOG MOTYWUJĄCY W PSYCHOTERAPII



3. Dialog Motywujący w terapii problemów psychologicznych

Hal Arkowitz, William R. Miller, Stephen Rollnick (red.)

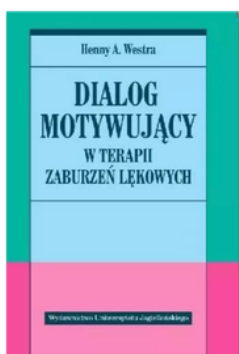
Zastosowanie Dialogu Motywującego w pracy klinicznej i psychoterapeutycznej.



4. Dialog Motywujący i terapia poznawczo-behawioralna

Sylvie Naar, Steven A. Safren

O łączeniu Dialogu Motywującego z podejściem poznawczo-behawioralnym.



5. Dialog Motywujący w terapii zaburzeń lękowych

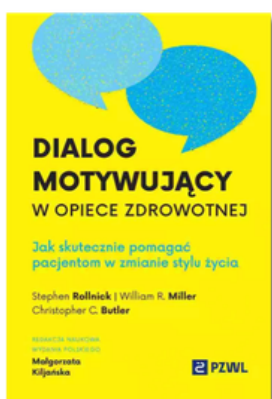
Henny A. Westra

O wykorzystaniu Dialogu Motywującego w pracy z ambiwalencją i procesem zmiany u osób doświadczających lęku.

Kliknij na okładkę,
żeby zobaczyć
stronę książki!

1. KSIĄŻKI cd.

DIALOG MOTYWUJĄCY W OCHRONIE ZDROWIA



6. Dialog Motywujący w opiece zdrowotnej. Jak skutecznie pomagać pacjentom

Stephen Rollnick, William R. Miller, Christopher C. Butler

Praktyczne zastosowanie Dialogu Motywującego w rozmowach dotyczących zdrowia i zmiany zachowań.

Dialog Motywujący w praktyce

Dialog Motywujący znajduje zastosowanie wszędzie tam, gdzie rozmowa jest częścią wspierania procesu zmiany:

- ✓ psychoterapia
- ✓ terapia uzależnień
- ✓ ochrona zdrowia
- ✓ edukacja i wychowanie
- ✓ pomoc społeczna

W kolejnej części znajdziesz wybrane artykuły naukowe i metaanalizy dotyczące skuteczności DM. →

2. ARTYKUŁY NAUKOWE I METAANALIZY

SKUTECZNOŚĆ DIALOGU MOTYWUJĄCEGO

- **Dialog Motywujący – metaanalizy skuteczności**

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39645344/>

- **Efektywność krótkich interwencji opartych na Dialogu Motywującym**

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32920371/>

- **Dialog Motywujący w pracy z grupami osób z zachowaniami ryzykownymi**

<https://www.psychoterapiaptp.pl/pdf-65223-80963?filename=Motivational-Interviewing.pdf>



2. ARTYKUŁY NAUKOWE I METAANALIZY - cd.

DIALOG MOTYWUJĄCY W ZDROWIU I MEDYCYNIE

- **Dialog Motywujący w promocji zdrowia**
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37669473/>
- **Dialog Motywujący we wdrażaniu zachowań prozdrowotnych**
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36842453/>
- **Dialog Motywujący i adherencja medyczna**
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26161493/>
- **Wykorzystanie metod Evidence Based opartych na DM w pracy z pacjentami kardiologicznymi**
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35660233/>
- **Dialog Motywujący a jakość życia osób z chorobami somatycznymi**
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38856679/>



2. ARTYKUŁY NAUKOWE I METAANALIZY - cd.



DIALOG MOTYWUJĄCY W ZDROWIU PSYCHICZNYM

- **Dialog Motywujący w obszarze uzależnień i zaburzeń lękowych**

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39520817/>

- **Wykorzystanie Dialogu Motywującego w pracy z osobami chorującymi na schizofrenię**

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30941459/>

- **Metaanaliza dotycząca wykorzystania DM w zwiększaniu adherencji w leczeniu poważnych chorób psychiatrycznych**

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29504450/>

- **Metaanaliza dotycząca wykorzystania Dialogu Motywującego we wczesnej opiece nad dziećmi**

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32854867/>

3. ARTYKUŁY POPULARNONAUKOWE I WYWIADY

- W jakich sytuacjach lekarz POZ może wykorzystać metodę Dialogu Motywującego?
- Dialog Motywujący w terapii współuzależnienia
- Uzależnienia od alkoholu oraz innych substancji psychoaktywnych
- Dialog Motywujący i interwencje zwiększające adherencję terapeutyczną
- Jak rozmawiać z osobą chorującą na depresję, która nie chce zgłosić się na konsultację psychiatryczną?

Kliknij na tytuł,
żeby przenieść się
do wywiadu





CHCESZ ROZWIJAĆ DIALOG MOTYWUJĄCY W PRAKTYCE?

W listopadzie 2026 rusza pierwsza
edycja:

Studium Dialogu Motywującego Care Makers × Cezary Barański

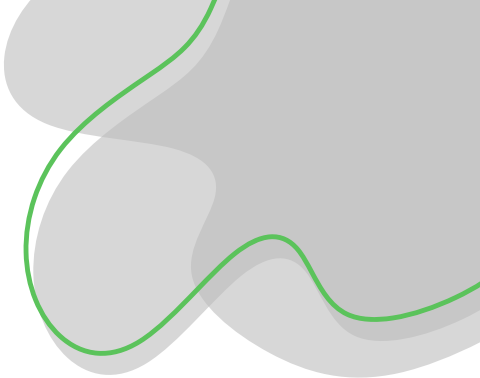
Stworzyliśmy je dla osób, które chcą zdobyć konkretne narzędzia do pracy z motywacją i zmianą oraz rozwijać swój warsztat pracy pomocowej.

Podczas Studium będziemy rozwijać:

- ✓ praktyczne stosowanie Dialogu Motywującego,
- ✓ prowadzenie rozmowy wspierającej zmianę,
- ✓ pracę z ambiwalencją i momentami utknięcia,
- ✓ wykorzystywanie DM w różnych kontekstach zawodowych.

Dowiedz się więcej:

<https://caremakers.pl/studium-dialogu-motywuujacego>



**Dziękujemy za wspólne spotkanie
i zaangażowanie w rozwijanie
sposobów pracy, które pomagają
ludziom odnajdywać własne
zasoby i kierunek zmiany.**

Do zobaczenia! 



× Cezary Barański

caremakers.pl

