

L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

Pascal GACHE
pascal.gache@gmail.com





Ce que nos patients attendent de nous

- Être accueilli.e.s
- Être écouté.e.s
- Être compris.e.s
- Être aidé.e.s
- Être encouragé.e.s



L'entretien motivationnel

Une personne souffrant de diabète qui a des chiffres très élevés

Un patient qui aimerait arrêter de fumer

Un jeune qui trouve qu'il passe trop de temps sur ses écrans

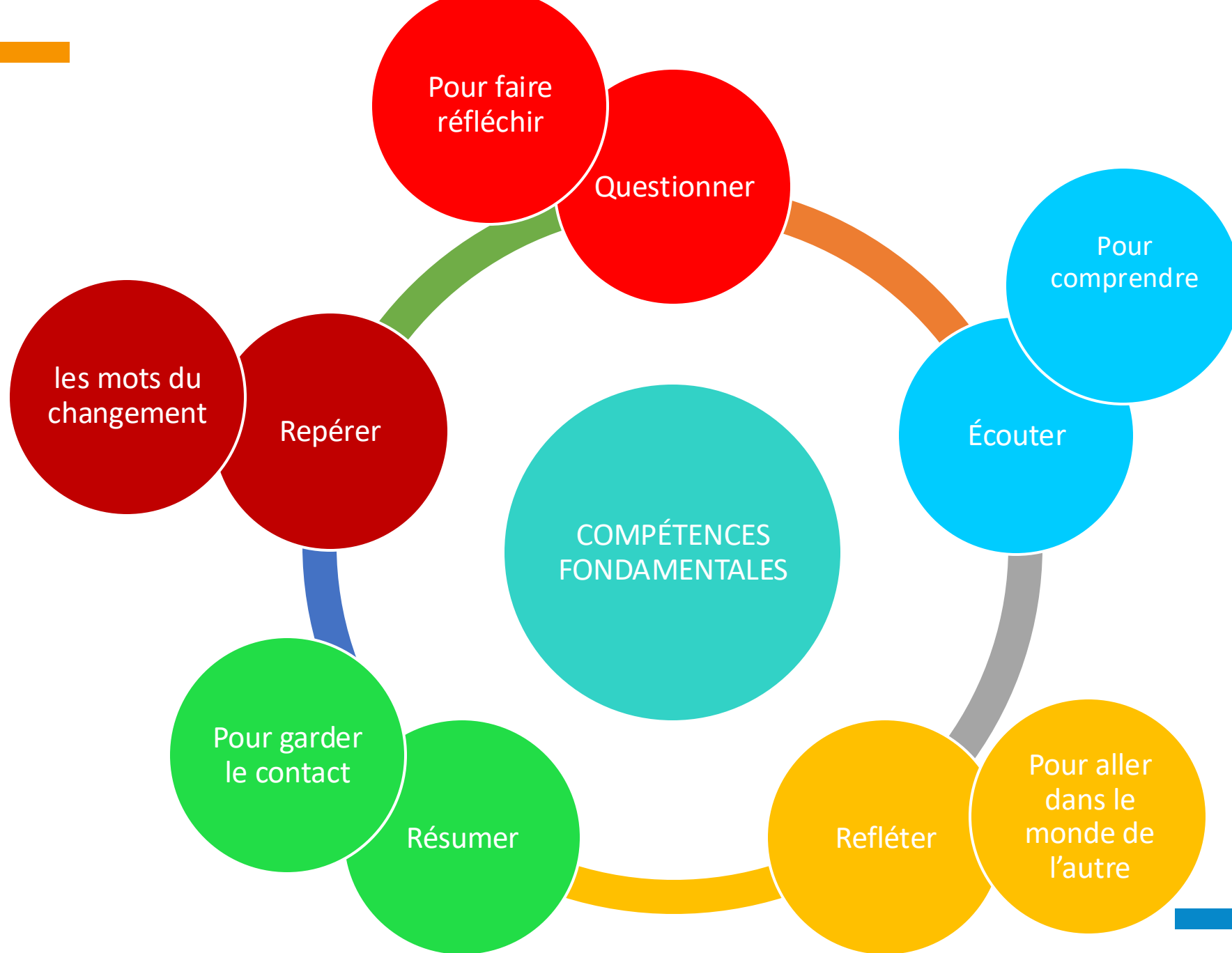
Une patiente qui aimerait perdre un peu de poids



Définition

« L'Entretien Motivationnel est une conversation particulière autour du changement, ayant pour but de renforcer la motivation et l'engagement au changement de votre interlocuteur. »

Miller et Rollnick, 2023



An abstract graphic on the left side of the slide. It features a purple circular background containing several 3D cubes of varying sizes. Some cubes are connected by thin white lines, suggesting a network or flow. The cubes have a gradient from light purple to dark purple. The overall composition is modern and minimalist.

Écouter pour
comprendre et
converser...

...Et pas pour convaincre

A thick blue L-shaped line in the bottom right corner of the slide, consisting of a horizontal segment and a vertical segment meeting at a right angle.



Écouter pour Comprendre

C'est...

- Être totalement disponible au discours de son interlocuteur
- Prendre le temps de comprendre
- Laisser votre interlocuteur finir ses phrases
- Suspendre son jugement
- Mettre ses représentations à distance

Ce n'est pas...

- Parler de soi
 - Donner des conseils
 - Essayer de convaincre
 - Changer de sujet
- 

Apprendre à questionner





DES QUESTIONS SUR LES QUESTIONS

Quelle est
l'intention de ma
question ?

A qui et à quoi
sera-t-elle utile ?

Que ferai-je de la
réponse ?

Qu'est-ce que mon
interlocuteur.trice
fera de la réponse
?





La force des reflets
(ou reformulations)



Apprendre
à
manifeste
son empathie





En Entretien Motivationnel, on apprend à repérer

le discours-changement



Tout ce que dit votre
interlocuteur.trice en faveur du
changement

le discours-maintien



Tout ce que dit votre
interlocuteur.trice en faveur du
statu quo

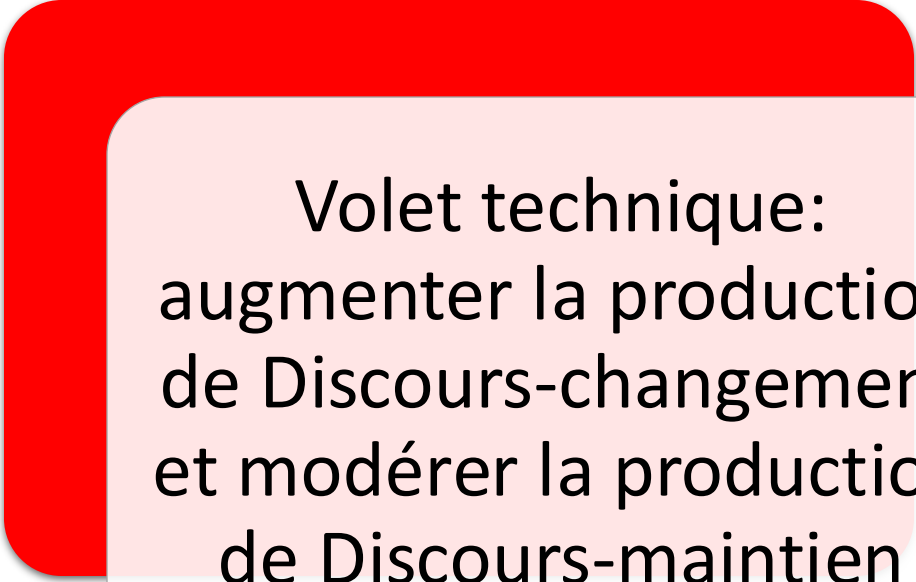




2 volets pour la pratique de l'EM



Volet relationnel en rapport avec l'esprit: collaboration, acceptation, pouvoir d'agir, altruisme



Volet technique: augmenter la production de Discours-changement et modérer la production de Discours-maintien



En résumé

Changer n'est pas facile



L'ambivalence normale



Conseiller le changement provoque la discordance



La discordance prédit l'absence de changement



La discordance nous invite à changer de stratégie



Faire émerger (évoquer) un discours vers le changement qui provient du «client» lui-même facilite le changement (Amrhein 2003)

Merci !

