

L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

Les attitudes du clinicien

Colloque AITQ 26 octobre 2009

Conférencière:

Danielle Pinsonneault, Psychoéducatrice, MINT
Centre de réadaptation en dépendance et santé
mentale de l'Estrie

Centre Jean-Patrice Chiasson/Maison Saint-Georges



Plan de présentation

- Objectifs
- Définition
- Historique
- L'esprit et les valeurs
- Le changement
- La motivation
- Des stratégies et des techniques



Objectifs

- Connaître et comprendre les valeurs de l'entretien motivationnel.
- Connaître les attitudes, les habiletés et les stratégies de base de l'entretien motivationnel.



Définition

Exercice

1. Placer un doigt à chacune des extrémités du tube.
2. Tirer sur vos doigts pour les retirer.
3. Changer de stratégie jusqu'à ce que l'objectif soit atteint, soit celui de retirer vos doigts.



Définition

- Collaboration.
- Dirige et guide.
- Écoute empathique.
- Autonomie/autodétermination.



Définition

L'entretien motivationnel est une forme de relation de collaboration, centrée sur le client, qui vise, en le guidant, à susciter et renforcer la motivation au changement.

William Miller et Stephen Rollnick, Espagne juin 2009

Traduction libre de Rachel Green, Anne Wittervrongel et Danielle Pinsonneaut, MINT



Le guide d'aventure

Qu'attendez-vous d'un guide
d'aventure?



HISTORIQUE

La recherche en toxicomanie:

- Approches traditionnelles.
- Sobell et Sobell (2000).
- Prochaska et Diclemente (1982).
- Miller et Rollnick (1991).



L'esprit et les valeurs

- Une relation égalitaire et basée sur la collaboration;
- Un entretien qui suscite et renforce la motivation et les ressources personnelles dans une perspective de changement;
- Une relation qui honore l'autonomie personnelle;



L'esprit et les valeurs

- L'intervenant est responsable de la relation thérapeutique;
- L'intervenant est expert en dépendance et dans le processus de changement;
- La personne est experte en elle-même;
- L'empathie est au cœur de l'entretien motivationnel.



L'écoute empathique

Exercice 2 par 2

- À tour de rôle, pendant 2 minutes chacun, vous expliquerez à votre coéquipier ce qui vous a amené à participer à cette conférence.
- Lorsque vous écoutez ce que votre coéquipier vous dit, vous restez totalement muet.
- Le changement de rôle se fera à mon signal.



Comprendre le changement

- Le changement est naturel.
- La confrontation directe n'est pas efficace pour susciter le changement.
- Le changement est envisagé lorsqu'un malaise est ressenti.
- Le changement n'est pas un processus linéaire.



Comprendre le changement

Confronté à un malaise, entre autre à l'éventualité d'une perte (emploi, relation, santé, enfant, liberté, etc.) l'individu a trois choix:

- Changer de comportement;
- Changer ses valeurs;
- Diminuer son estime personnelle.



La motivation au changement

- C'est **l'importance** du changement pour la personne;
- C'est **la confiance** dans sa capacité à effectuer le changement;
- C'est **choisir** de priorisé le changement.



La motivation au changement

Toute source de motivation est importante et pertinente.

La motivation fluctue au gré de la vie!



Des Stratégies

- **F:** Feedback / Rétroaction.
- **L:** Libre-arbitre / Responsabilisation.
- **A:** Aviser / Conseiller.
- **M:** Menu d'option.
- **E:** Empathie.
- **S:** Sentiment d'efficacité/Confiance en soi.



Des techniques

- **O** : question **O**uverte.
- **A** : v**A**lorisation.
- **R** : écoute **R**éflexive.
- **S** : **S**upporter l'autonomie.



Question ouverte

Exercice 2 par 2

« Tout ce que vous auriez voulu demander... »

1. À tour de rôle, à partir de question ouverte, questionnez votre partenaire sur les raisons qui l'ont amené à participer à cette conférence.
2. Écoutez les réponses, et formulez de nouvelle question à partir de celles-ci.
3. À mon signal, soit après 2 minutes, vous alternez les rôles.

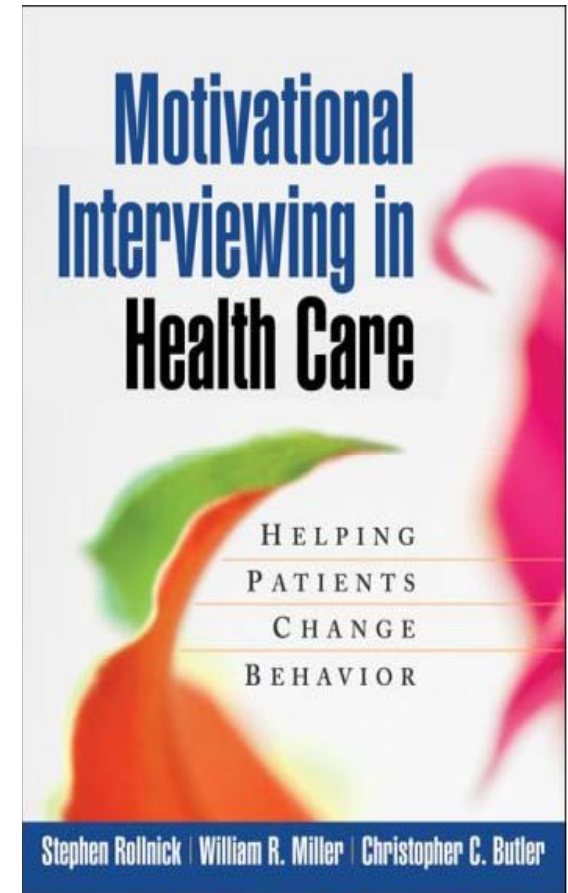
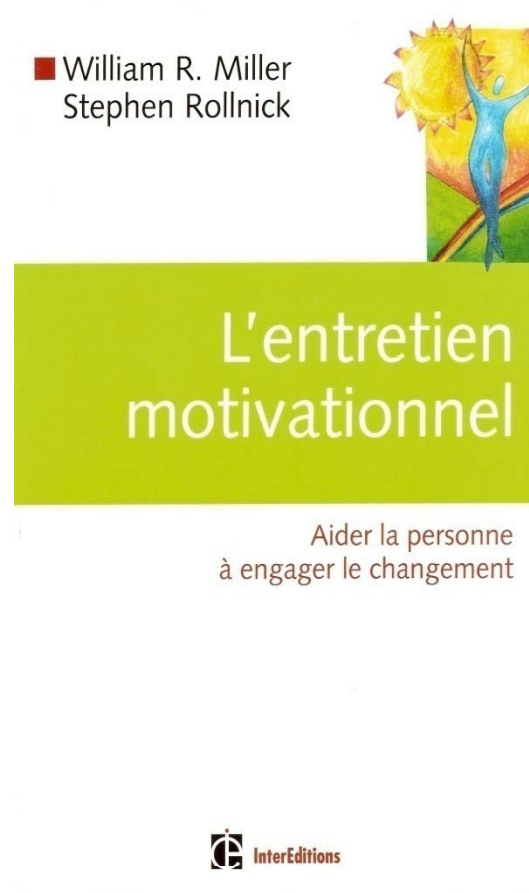
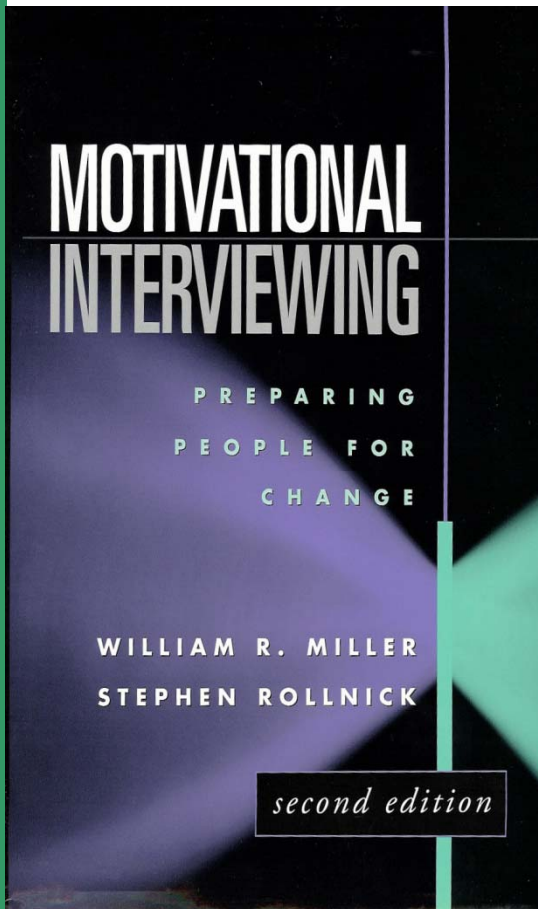


Question ouverte

- Qu'est-ce qui vous intéresse dans cette conférence?
- Qu'avez-vous appris lors de cette conférence?
- En quoi cela vous sera-t-il utile?
- Qu'est-ce qui vous a amené à devenir intervenant?
- Comment avez-vous réussi?
- Quels sont vos projets?



Sources



Ressources

- <http://www.motivationalinterview.org>
- <http://www.entretienmotivationnel.org>



MERCI!

**Pour votre attention et votre
précieuse collaboration!**

Danielle Pinsonneault, Ps. Éd., MINT
dpinsonneault.cjpcmg@ssss.gouv.qc.ca
819 821-2555 poste 1228

