



**L'Entretien Motivationnel,
une communication pour accompagner nos patients
dans le changement de comportement**



dreamstime.



Qui sommes nous?

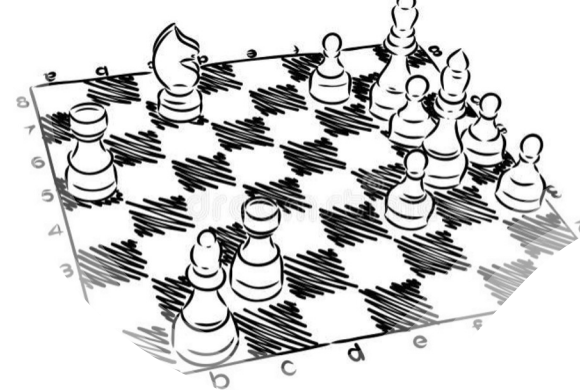
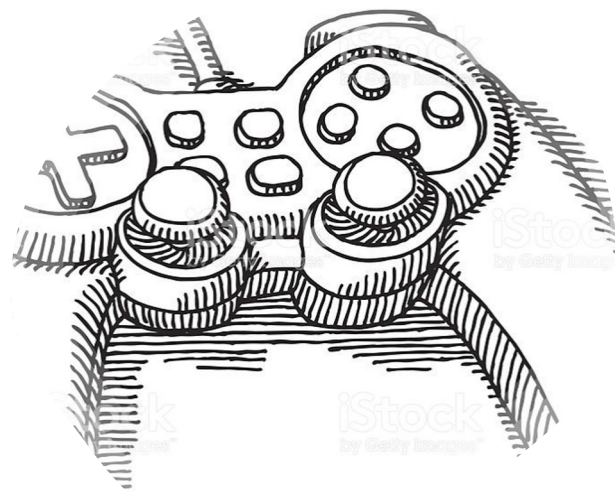
- Claire Zilliox et Aurélie Lacour
- MK en libéral en île de France.
- Formatrices en EM pour l'Agence EBP, la SFTG, (AFDEM).



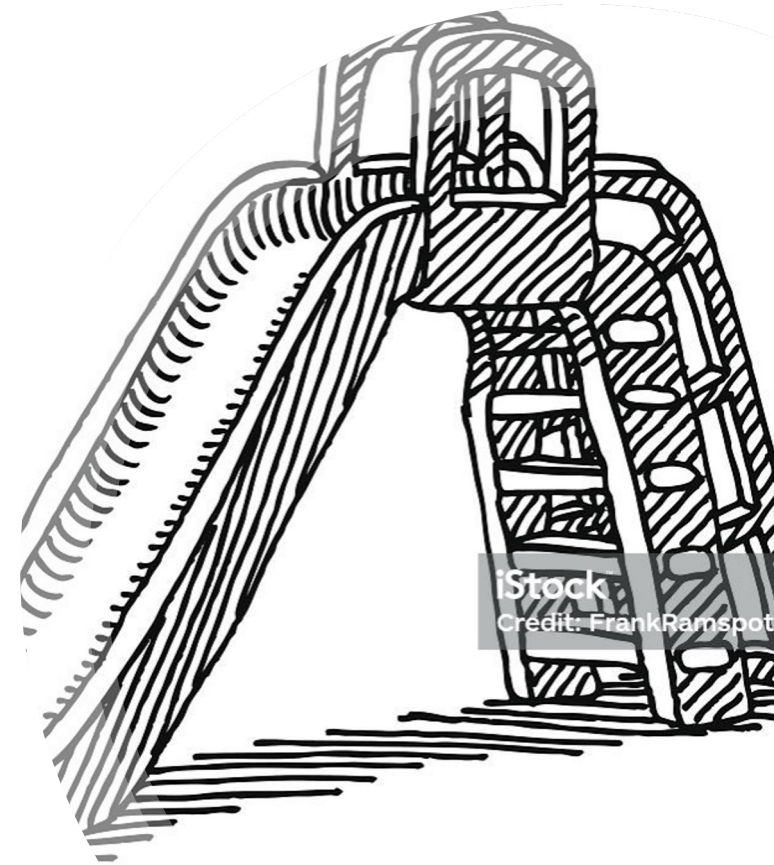
De quoi allons-nous parler et comment?



- Techniques de **communication**
- Changement de comportement:
 - ☐ notion d'**Ambivalence**
- **Entretien Motivationnel:**
 - ☐ **accompagner l'exploration** de l'ambivalence d'un patient face à une problématique de changement de comportement.
- Tentative d'interaction.
- Ressentir par l'**expérimentation**.



A vous de jouer!



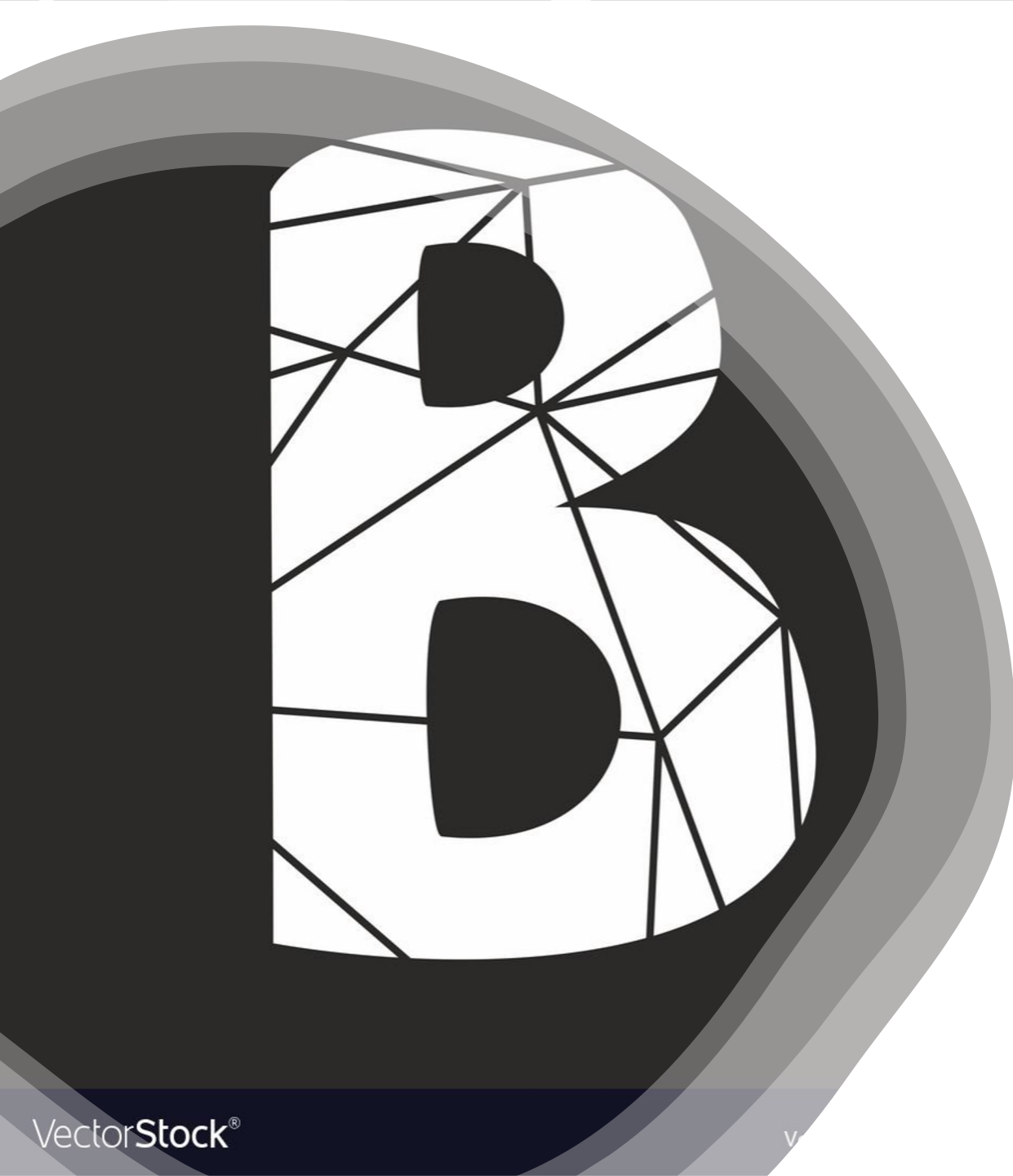
- **Former des binômes avec votre voisin.e.**
- **Définir un A et un B.**
- **Chacun réfléchit à un changement personnel qu'il aura à partager à son binôme et se lève une fois qu'il l'a trouvé. (garder son changement en tête pour l'instant !!).**

Exemple : 'je souhaiterais me coucher plus tôt mais je regarde trop de séries Netflix le soir.'

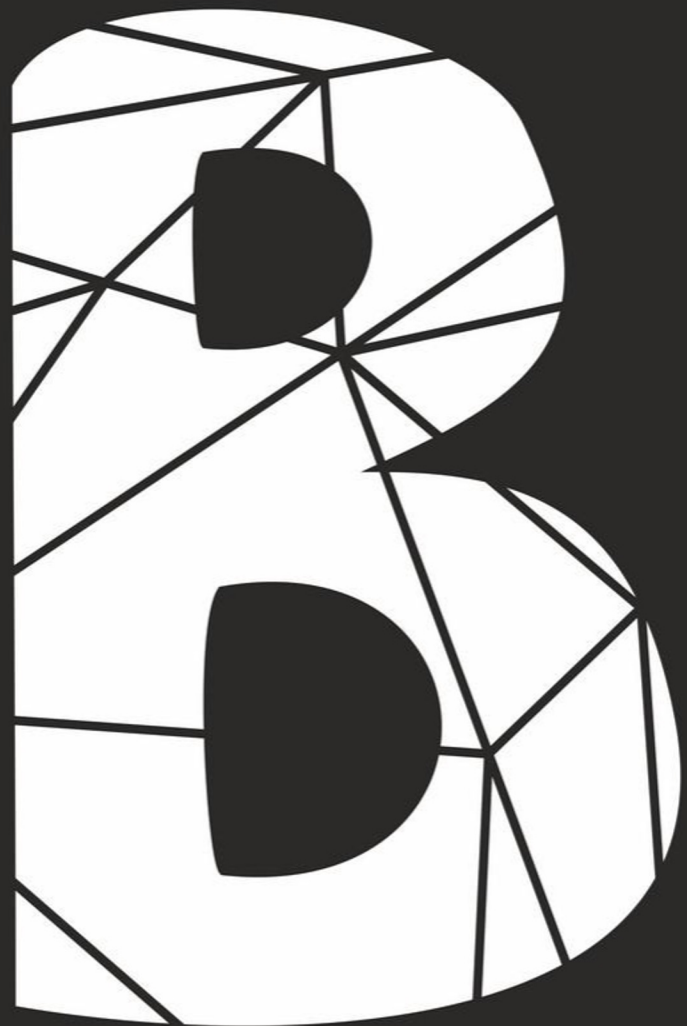
- **Les A ferment les yeux le temps de projeter les consignes aux B. Ils ne les rouvriront qu'au retentissement du gong et partagerons alors leur changement aux B.**



START



- Votre Mission est de chercher à **convaincre** A de faire ce changement (**sans trop écouter** ses arguments).



- Les B ferment à présent les yeux..et ne les rouvriront qu'au retentissement du gong et partageront alors leur changement aux A.



Votre mission est de prendre le temps de laisser parler votre partenaire et de le faire préciser sa pensée, en lui demandant :

- Pourquoi aimerais-tu faire ce changement ?
- Quelles seraient les 3 bonnes raisons de le faire ?
- Comment devrais-tu t'y prendre pour le réussir ?

Merci aux binômes de se lever quand vous aurez terminé



-Pourquoi aimerais-tu faire ce changement ?

-Quelles seraient les 3 bonnes raisons de le faire ?

-Comment devrais-tu t'y prendre pour le réussir ?

Merci aux binômes de se lever quand vous aurez terminé

Debriefing

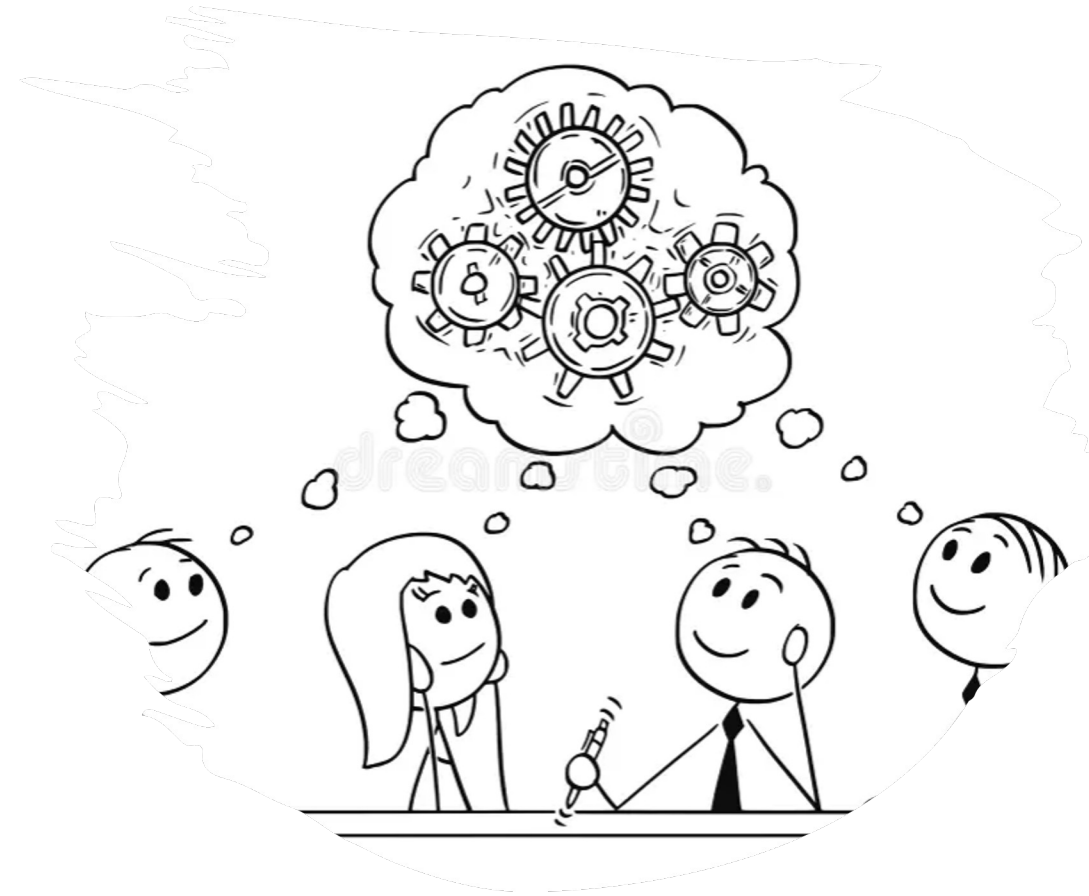
Dans le premier jeu,

- Qu'avez-vous ressenti quand vous étiez B (intervenant)?
- Qu'avez-vous ressenti quand vous étiez A (bénéficiaire)?

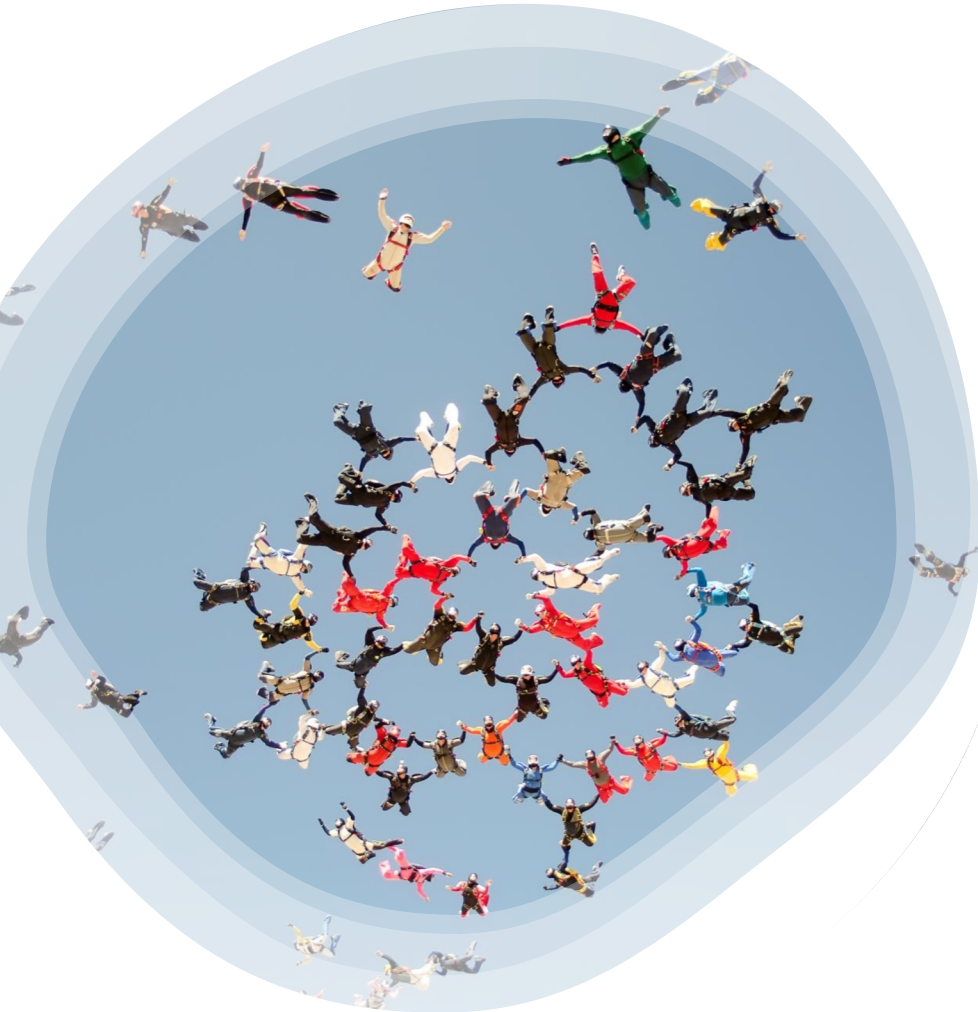
Dans le deuxième jeu,

- Qu'avez-vous ressenti quand vous étiez A (intervenant)?
- Qu'avez-vous ressenti quand vous étiez B (bénéficiaire)?

- Quel lien avec votre pratique ?



Les théories fondatrices de l'EM :



- **Thérapie Humaniste** : (C. Rogers) approche **centrée sur la personne**.. Qualité de la **relation thérapeutique** comme outil de développement de la personne. A priori que la personne a les ressources en elle pour résoudre ses problèmes.
- **Théorie de la Réactance** : (J. Brehm) la pression mise sur un comportement provoque une réaction de défense, visant à **sauvegarder sa liberté d'action**.
- **Dissonance cognitive de Festinger** : tout comportement qui va à l'encontre des **valeurs** de la personne **entraîne un inconfort**. Celui qui prend conscience de cet inconfort va chercher à le réduire.
- **Modèle Trans-théorique de Changement** : (J. Prochaska & C. Di Clemente) le changement n'est pas un événement brutal (doute, ambivalence)
- **Sentiment d'Efficacité Personnelle** : (A. Bandura) la **confiance en soi** influe fortement la disposition au changement.



Définition:

L'Entretien Motivationnel est un style de communication basé sur la **collaboration**, orienté vers un **objectif**, qui porte une attention particulière au **langage du changement**. Il vise à renforcer la motivation et l'engagement vers un changement spécifique, en invitant la personne à **évoquer et à explorer ses propres arguments en faveur du changement**, dans une atmosphère **d'acceptation et de bienveillance**.

(Miller & Rollnick)

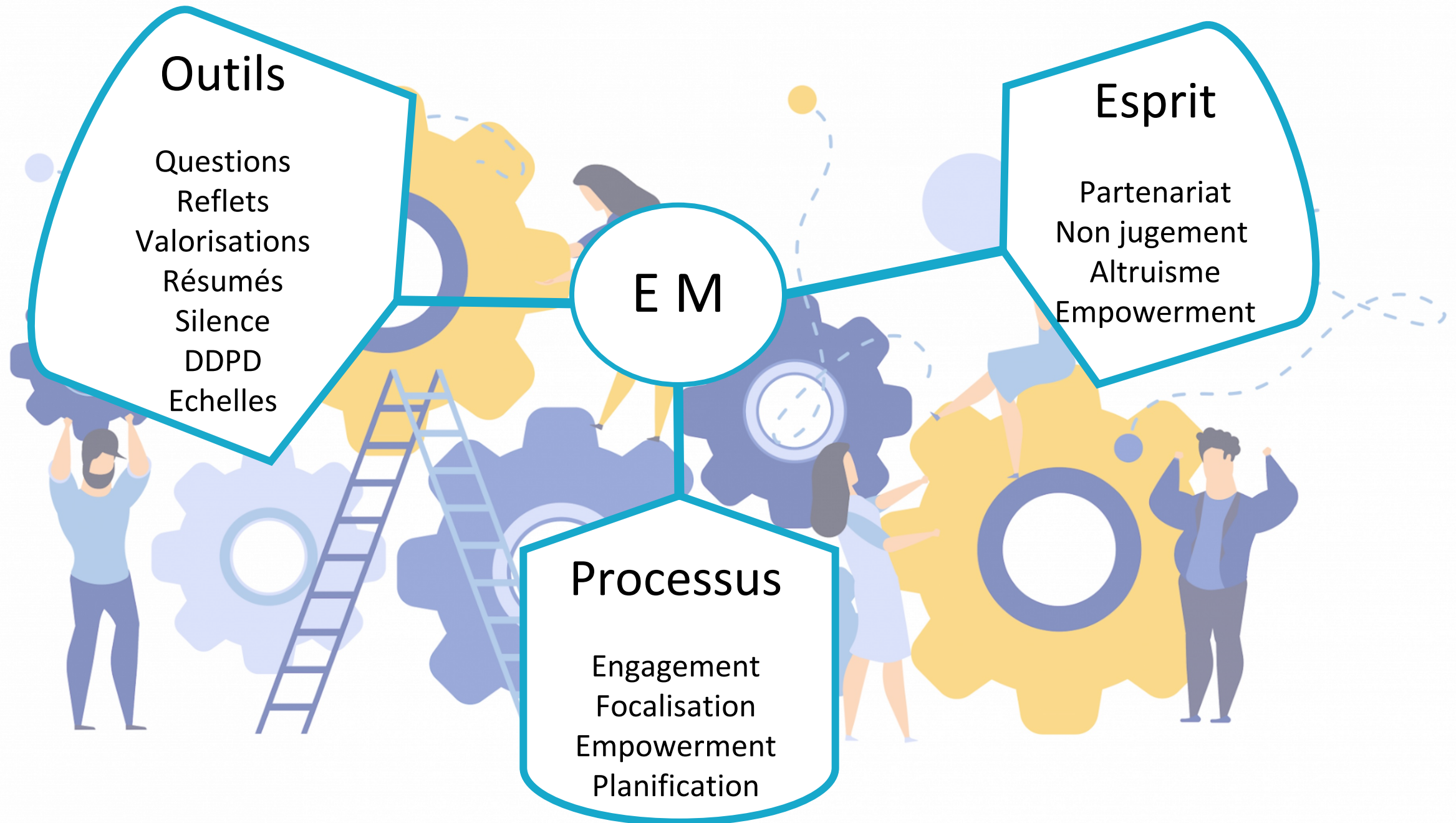
Modélisation:

Observez l'échange entre le patient et le thérapeute:

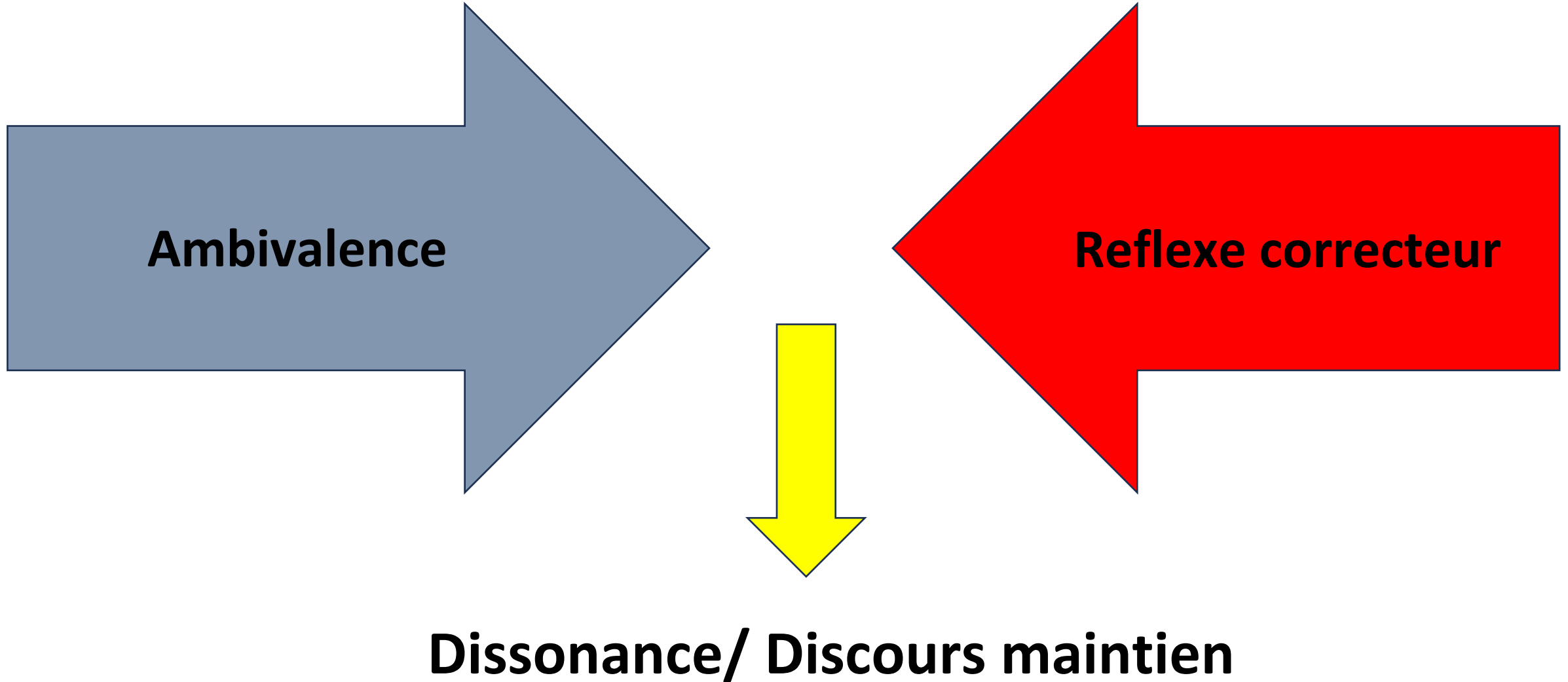
- Quel esprit général se dégage?
- Quels outils repérez-vous?
- Observez-vous différentes phases?



- Que souhaitez-vous partager de ce que vous avez observé?



Quel effet sur le patient?:



**Collaboration /
Partenariat**

Esprit de l'EM

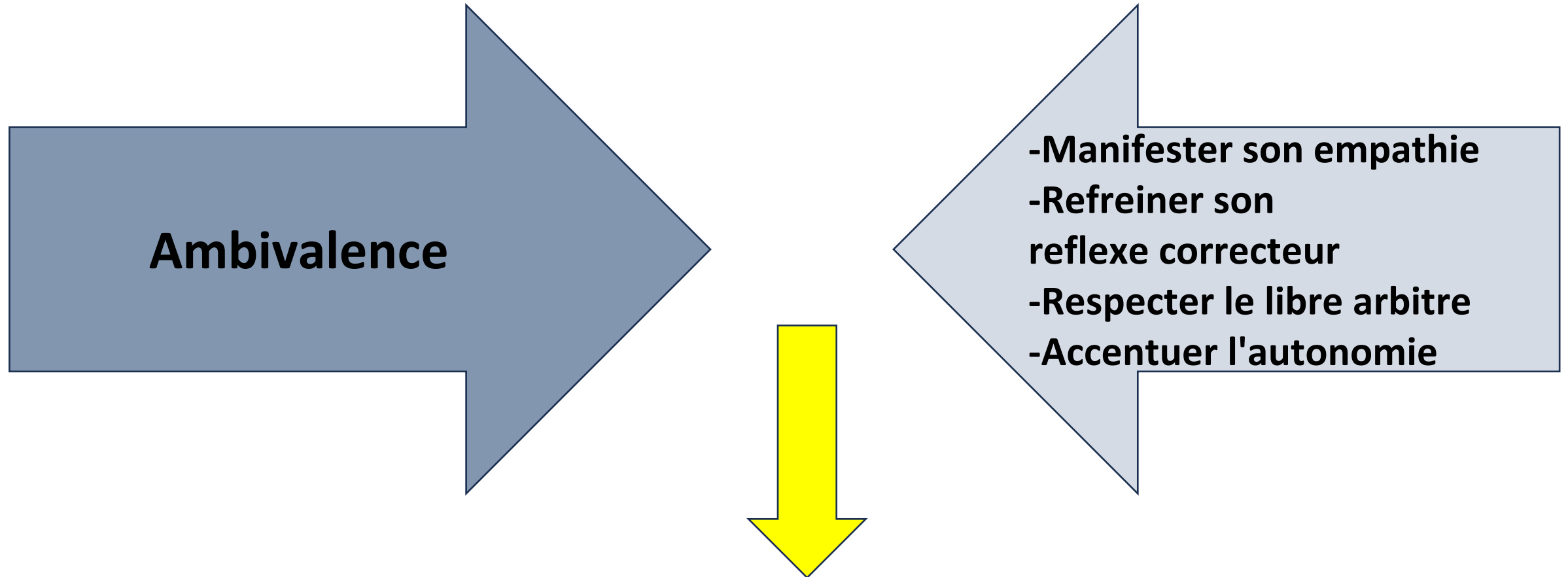
**Acceptation
Non jugement**

- > Libre arbitre
- > Empathie
- > Soutien de l'autonomie
- > Valorisation

Altruisme

Empowerment

Stratégie d'accompagnement en EM:



Ambivalence

- Manifester son empathie
- Refreiner son reflexe correcteur
- Respecter le libre arbitre
- Accentuer l'autonomie

Alliance/ +/- Discours changement



**Quelles questions
avez-vous?**

Bibliographie

- **Livres références:**

- *Motivational interviewing, fourth edition, Helping people change and grow (Miller & Rollnick 2023)*

- *Pratique et savoir faire-Grand manuel de l'entretien motivationnel (D. Rosengren 2021)*

- *Effective psychotherapists: Clinical skills that improves client outcomes (Miller & Moyers 2021)*

- *L'entretien motivationnel (Miller & Rollnick, 2013)*

- **Articles:**

- *Motivational interviewing in medical care settings: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Lundhal, Moleni, Burke, Butters, Tollesfon, Butler, Rollnick.*

Patient Educ Couns. 2013 Nov;93(2):157-68. doi: 10.1016/j.pec.2013.07.012. Epub 2013 Aug 1.

- *Effectiveness of Motivational Interviewing on adult behaviour change in health and social care settings: A systematic review of reviews. doi: 10.1371/journal.pone.0204890. eCollection 2018.*

- *A meta-analysis of motivational interviewing process: Technical, relational, and conditional process models of change. J Consult Clin Psychol. 2018 Février ; 86(2) : 140–157. doi:10.1037/ccp0000250*

- **Théories fondatrices:**

- *A theorie of psychological reactance (Brehm 1966)*

- *Client centered therapy (Rogers 1951)*

- *Draycott S., Dabbs A. (1998). Cognitive dissonance 1 : An overview of the literature and its integration into theory and practice in clinical psychology. British Journal of Clinical Psychology*

- **Pour en savoir plus sur l'EM:**

- MINT

- AFDEM

- Agence EBP



A vibrant watercolor splash background featuring a mix of colors including yellow, orange, red, pink, purple, teal, and blue. The word "merci" is written in a white, elegant cursive script across the center of the splash.

merci

Pour votre attention...