L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

Aider les personnes à engager le changement

L'ESPRIT

PARTENARIAT
Etablir un rapport d'égal à égal, renforcer la collaboration

NON JUGEMENT
Manifester une attitude positive, empathique, qui renforce l'autonomie

ÉVOCATION
Faire verbaliser positivement sur le changement

ALTRUISME
Agir de façon bienveillante
Avoir à cœur l'intérêt de l'autre

LES COMPÉTENCES RELATIONNELLES : Ou V E R

QUESTIONS Ou VERTES
Evitent l'interrogatoire
Permettent l'élaboration du sujet

V ALORISATION
Valoriser ce qui va dans le sens du changement
Renforcer le sentiment d'efficacité personnelle

E COUTE RÉFLECTIVE
Refléter l'explicite et l'implicite
Construire et manifester son empathie

R ÉSUMÉS
- De liens
- De transitions
- De rassemblements

Pièges relationnels : persuader et confronter

D P D

D EMANDER
P ARTAGER
D EMANDER
Demander à la personne ce qu'elle sait
Demander la permission d'ajouter de l'information
Partager de l'information
Demander ce qu'elle en pense

Utiliser ces compétences pour faciliter LES 4 PROCESSUS

4 – PLANIFIER
Organiser en partenariat le plan de changement
Prévoir des plans "B"

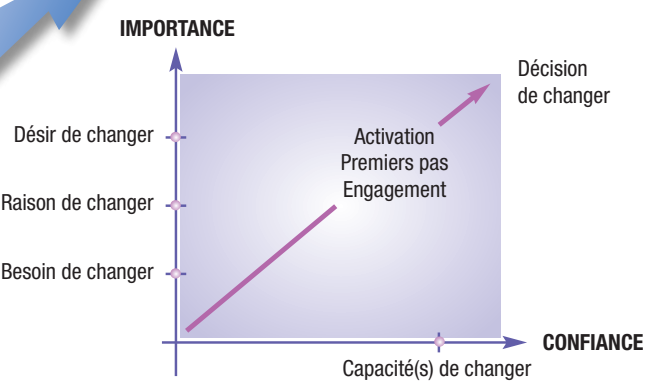
3 – ÉVOQUER
Faire émerger et renforcer le discours-changement
Résoudre l'ambivalence
Amener la décision de changer

2 – FOCALISER
Définir de façon négociée l'objectif de changement

1 – ENGAGER LA RELATION
Accepter l'ambivalence – Faire preuve d'empathie
Abaisser le niveau de dissonance – Créer l'alliance

Spécifique de l'EM :
Importance – Confiance
⇅
Évocation du discours changement

LE DISCOURS-CHANGEMENT



AFDEM association francophone de diffusion de l'entretien motivationnel
www.entretienmotivationnel.org

Lieu de santé sans tabac

respadd RÉSEAU DE PRÉVENTION DES ADDICTIONS
www.respadd.org

LSPS RÉSEAU FRANÇAIS LIEU DE SANTÉ PROMOTEUR DE SANTÉ

HPH

D'après : L'entretien motivationnel. Aider la personne à engager le changement. 2e édition. William R MILLER et Stephen ROLLNICK. InterEditions, 2013.
Document édité et réalisé par le Respadd - Bernard Krat Graphisme - Imp. Pixia - Janvier 2020