

L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL EN GROUPE

... AIDER LES GENS À CHANGER ET À S'ÉPANOUIR ...

LES COMPÉTENCES RELATIONNELLES : OuVER

DDOD

QUESTION
OuVERTE

- Favoriser la réflexion et l'expression
- Questionner le groupe comme une entité

VALORISATION

- Renforcer le sentiment d'efficacité personnelle et l'estime de soi
- Valoriser les forces du groupe et les interactions dans le groupe

E COUTE
RÉFLECTIVE

- Permettre d'exprimer son empathie
- Créer des liens entre les participant.e.s
- Réfléter les émotions, les valeurs, l'ambivalence du groupe, les similitudes entre les participant.e.s

R ÉSUMÉ

- Faire des liens entre ce qui lie les participant.e.s
- Relever les arguments en faveur du discours-changement

DEMANDER
DEMANDER
OFFRIR
DEMANDER

- Élargir la réflexion en groupe sur la situation travaillée
- Donner un menu d'options
- Utiliser l'intelligence collective

ENGAGER
LE GROUPE

PRÉ-GROUPE

- Mener des entretiens préparatoires individuels
- Expliquer les objectifs du groupe et vérifier la concordance avec les objectifs individuels
- Présenter les règles du groupe
- Explorer les expériences antérieures de groupe
- Présenter l'intervenant.e et le lieu

EN GROUPE

- Mettre en place l'esprit de l'EM
- Accueillir, sécuriser
- Découvrir les règles et normes du groupe
- Encourager les interactions entre participant.e.s
- Lister les attentes du groupe
- Identifier l'ambivalence du groupe face au changement
- Créer le « NOUS »
- Choisir en groupe un objectif commun pour le groupe

ACTIVITÉS PRATIQUES

- Brise-glace
- Élaborer collectivement la charte du groupe
- Identifier les objectifs des participant.e.s et les relier à l'objectif du groupe

EXPLORER
LES POINTS DE
VUE/SITUATIONS

EN GROUPE

- Renforcer la cohésion du groupe
- Découvrir le changement souhaité de chaque participant.e du groupe
- Approfondir les interactions dans l'exploration de leurs situations et comparer les points de vue individuels
- Identifier les aspects communs qui les réunissent

POUR Y PARVENIR,
LA PERSONNE FACILITATRICE
DOIT ÊTRE CAPABLE DE :

- Adopter une approche centrée sur la personne et le groupe
- Se concentrer sur le positif
- Amener le groupe dans l'ici et maintenant

ACTIVITÉS PRATIQUES

- Explorer en groupe la vie quotidienne et les habitudes
- Explorer en groupe l'ambivalence face au changement
- Utiliser les échelles de Rollnick pour évaluer l'ambivalence
- Explorer en groupe les valeurs

ÉLARGIR LES
PERSPECTIVES ET
FAVORISER L'ÉLAN

EN GROUPE

- Explorer en groupe l'importance et la confiance dans le changement
- Examiner en groupe de nouvelles possibilités, laisser l'espoir émerger
- Prendre en considération les points de vue des autres participant.e.s

POUR Y PARVENIR

- Focaliser les discussions autour des aspects positifs
- Inciter le groupe à regarder vers l'avenir
- Développer des divergences entre les comportements actuels et les valeurs
- Donner de l'espoir (futur idéal)
- Réfléter le pouvoir du groupe
- Évoquer le discours-changement du groupe

ACTIVITÉS PRATIQUES

- Évaluer et offrir de la rétroaction au groupe
- Regarder vers le futur en groupe
- Utiliser les échelles de Rollnick en groupe
- Explorer les extrêmes en groupe
- Considérer les sources de soutien et les forces des participant.e.s
- Partager les succès du passé en groupe
- Explorer en groupe les valeurs

PROGRESSER VERS L'ACTION

EN GROUPE

- Partager des points de vue, d'autres possibles en groupe, élargir les horizons
- Amener le discours-changement du groupe vers l'action
- Planifier les changements considérés pertinents par les participant.e.s dans l'amélioration de leur qualité de vie (changement concret répondant aux critères de qualité des objectifs SMART)

ACTIVITÉS PRATIQUES

- Se servir des échelles de Rollnick pour mesurer l'importance et la confiance du groupe et des participant.e.s
- Explorer en groupe les changements hypothétiques/regarder en avant
- Planifier le changement en s'aidant entre participant.e.s
- Enrichir en groupe le répertoire de moyens de chaque participant.e.s
- Renforcer l'engagement du groupe au changement
- Apprendre des autres participant.e.s
- Planifier la fin du groupe (si groupe fermé) ou un départ d'une personne du groupe (si groupe ouvert)

L'ESPRIT

PARTENARIAT

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

ACCEPTATION

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

ÉVOCATION/
AUTONOMISATION

Faire verbaliser positivement sur le changement

ALTRUISME

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

Miller, W. R., & Rollnick, S. (2024). L'entretien motivationnel : Aider la personne à engager et réaliser le changement (3^e éd.). InterEditions.
Wagner, C. C., & Ingersoll, K. S. (2013). Pratique de l'entretien motivationnel en groupe. InterEditions.