

# INITIATION A L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

*Yannick BARDE-CABUSSON*

## DESRIPTIF GENERAL

L'entretien motivationnel (EM) est un style de conversation collaborative visant à renforcer la motivation d'un individu et son engagement au changement [1]. Il s'agit d'une forme de communication qui s'appuie sur un savoir-être renforçant l'alliance thérapeutique et sur un savoir-faire ayant pour objectif d'augmenter l'intensité et la fréquence du discours du patient en faveur du changement.

Cette approche comportementale a montré son efficacité dans un grand nombre de prise en soin (addiction, vaccination, observance thérapeutique, etc.) [2,3,4]. Son apprentissage impose à la fois de solides connaissances théoriques associées à une pratique régulière utilisant des supervisions.

Cette formation d'initiation n'est pas uniquement destinée aux débutants. Elle s'adresse également aux professionnels de santé ayant déjà une expérience en EM et souhaitant s'immerger dans une pratique intensive (révision-approfondissement) sur un format de formation court.

[1] Miller, W. R., & Rollnick, S. (2012). *Motivational interviewing: Helping people change*. Guilford press.

[2] Heckman, C. J., Egleston, B. L., & Hofmann, M. T. (2010). *Efficacy of motivational interviewing for smoking cessation: a systematic review and meta-analysis*. *Tobacco control*, 19(5), 410-416.

[3] Zomahoun, H. T. V., Guenette, L., Gregoire, J. P., Lauzier, S., Lawani, A. M., Ferdynus, C., ... & Moisan, J. (2017). *Effectiveness of motivational interviewing interventions on medication adherence in adults with chronic diseases: a systematic review and meta-analysis*. *International journal of epidemiology*, 46(2), 589-602.

[4] O'Halloran, P. D., Blackstock, F., Shields, N., Holland, A., Iles, R., Kingsley, M., ... & Taylor, N. F. (2014). *Motivational interviewing to increase physical activity in people with chronic health conditions: a systematic review and meta-analysis*. *Clinical rehabilitation*, 28(12), 1159-1171.

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ✚ Objectif principal = **être en capacité de conduire un entretien dans le style motivationnel**
- ✚ **Comprendre** le style motivationnel (réflexe correcteur - ambivalence - discours maintien et dissonance)
- ✚ **Savoir-être en EM** : acquérir l'esprit de l'entretien motivationnel (partenariat, altruisme, évocation, non jugement)
- ✚ **Savoir-faire en EM** : maîtriser les outils de l'entretien motivationnel (OUVER, DFD, échelles, cartes des valeurs, napperons)
- ✚ **Pratiquer l'EM dans ses 4 processus** (engagement, focalisation, évocation et planification)

## INFORMATIONS SUR LE COURS

- ✚ **Prérequis** : le cours est ouvert à tout professionnel de santé souhaitant s'initier à l'entretien motivationnel (EM). Il fonctionne sur le principe de la classe inversée pour gagner du temps sur les parties théoriques. Suite à l'inscription et une fois la formation confirmée, le participant reçoit par mail un fascicule regroupant les données théoriques qui vont être expérimentées lors du cours. Celui-ci s'accompagne de conseils de lecture (ouvrages, articles scientifiques et vidéos).
- ✚ **Information sur le cours** : cette formation de 15h est une initiation à l'entretien motivationnel fondée sur les 8 étapes d'apprentissage de l'EM de Miller et Rollnick [1] et les 4 composantes (style, esprit, compétences techniques et processus) les plus fréquemment retrouvées dans la littérature sur les programmes d'apprentissage en entretien motivationnel tout public (training/learning en EM) [2,3,4,5]. Ce format de cours est suffisant pour disposer d'une forte confiance à utiliser l'EM, améliorer ses connaissances et monter en compétences [4,5]. Toutefois, il devra être complété par une ou plusieurs autres formations comportant notamment des temps de supervisions collectives/individuelles (coaching) pour assurer à la fois une montée en compétence à hauteur des standards décidés par les experts du domaine et un maintien de ces acquis dans le temps [6,7].

✚ **Post requis** : bien que facultatif, il est ainsi vivement conseillé de compléter ce cours par une ou plusieurs actions de formation comportant des supervisions [6,7]. Les participants seront informés des possibilités de supervisions collectives (par groupe de 4 personnes) et/ou individuelles en fin de formation (dates, contenu, tarifs, etc.).

### **Références :**

- ✚ [1] Widder, R. (2017). *Learning to use motivational interviewing effectively: modules. The Journal of Continuing Education in Nursing, 48(7), 312-319.*
- ✚ [2] Söderlund, L. L., Madson, M. B., Rubak, S., & Nilsen, P. (2011). *A systematic review of motivational interviewing training for general health care practitioners. Patient education and counseling, 84(1), 16-26.*
- ✚ [3] Barwick, M. A., Bennett, L. M., Johnson, S. N., McGowan, J., & Moore, J. E. (2012). *Training health and mental health professionals in motivational interviewing: A systematic review. Children and Youth Services Review, 34(9), 1786-1795.*
- ✚ [4] Fortune, J., Breckon, J., Norris, M., Eva, G., & Frater, T. (2019). *Motivational interviewing training for physiotherapy and occupational therapy students: effect on confidence, knowledge and skills. Patient education and counseling, 102(4), 694-700.*
- ✚ [5] Maslowski, A. K., Owens, R. L., LaCaille, R. A., & Clinton-Lisell, V. (2021). *A systematic review and meta-analysis of motivational interviewing training effectiveness among students-in-training. Training and Education in Professional Psychology.*
- ✚ [6] Schwalbe, C. S., Oh, H. Y., & Zweben, A. (2014). *Sustaining motivational interviewing: A meta-analysis of training studies. Addiction, 109(8), 1287-1294.*
- ✚ [7] Hall, K., Staiger, P. K., Simpson, A., Best, D., & Lubman, D. I. (2016). *After 30 years of dissemination, have we achieved sustained practice change in motivational interviewing?. Addiction, 111(7), 1144-1150.*

## DEROULE PEDAGOGIQUE

### JOUR 1 (durée = 7h30)

SEQUENCE	OBJECTIFS	Horaire	CONTENU	METHODE
<b>Accueil des participants et introduction</b>	<b>Présentation de l'intervenant</b>	8h-10h	Parcours professionnel et personnel	Auto-interview
	<b>Présentation des participants et recueil des attentes</b>		Parcours professionnel et personnel Attentes vis-à-vis du cours	Présentation croisée avec listing des attentes (paperboard)
	<b>Présentation du cours et retours sur les documents de la classe inversée</b>		Et si on appliquait l'EM pour apprendre l'EM ? (objectifs du cours, principes de fonctionnement, etc.)	Exposé magistral avec analyse de la littérature + échanges avec le groupe + Questions/Réponses
<b>PAUSE (15min)</b>				
<b>L'EM kézako ?</b>	<b>Comprendre ce qu'est l'EM et savoir le définir</b>	10h15-12h	Confrontation des définitions des participants et de la littérature → vers une définition opérationnelle	Travail en petits groupes (Think Pair Share), temps magistral, échanges
	<b>Savoir quand utiliser et ne pas utiliser l'EM</b>		Indication, contre-indication et non indication	
	<b>Repérer les composantes du style motivationnel</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Écouter guider, diriger et suivre</li> <li>✚ Écouter le Réflexe correcteur</li> <li>✚ Écouter l'ambivalence par la balance décisionnelle (discours maintien et discours changement)</li> </ul>	Jeux de rôle, utilisation d'enregistrements audio et vidéo, échanges

			<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Écouter les trucs en « ance » (dissonance, réactance, résistance... et danse !)</li> </ul>	
<b>PAUSE REPAS DU MIDI (2h)</b>				
<b>Esprit de l'EM, es-tu là ?</b>	<b>Savoir distinguer et utiliser les composantes de l'esprit motivationnel</b>	14h-16h	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Définitions et discussions autour des composantes de l'esprit de l'EM (partenariat, évocation, compassion, acceptation)</li> <li>✚ Que retenir en pratique ? : exercices de centration sur le patient</li> </ul>	Travail en petits groupes (Think Pair Share), échanges avec le groupe, jeux de rôle
<b>PAUSE (15min)</b>				
<b>Mise en situation</b>	<b>Appliquer ce qui a été vu avec un patient</b>	16h15-17h15	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Consignes de jeu (patient ambivalent et patient en pré-contemplation)</li> <li>✚ Jeux de rôle par deux puis collectif</li> <li>✚ Débriefing et commentaires</li> </ul>	Jeux de rôle / intervision
<b>Résumé de la journée</b>	<b>Dégager les points importants de la journée</b>	17h15-17h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Résumé et évaluation de la journée par les participants</li> <li>✚ Questions-réponses</li> </ul>	Tour de table
<b>FIN DE LA PREMIERE JOURNEE</b>				

## JOUR 2 (durée = 7h30)

SEQUENCE	OBJECTIFS	Horaire	CONTENU	METHODE
<b>Boite à outils en EM (1)</b>	<b>Découvrir et utiliser les savoir faire de l'EM (OuVER et DDPD)</b>	8h-10h15	Exercices pratiques ciblant : <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Les questions ouvertes</li> <li>✚ Les valorisations</li> <li>✚ Les reflets</li> <li>✚ Les résumés</li> <li>✚ Le partage d'informations</li> </ul>	Alternance de temps explicatifs et expérientiels, jeux de rôle
<b>PAUSE (15min)</b>				
<b>Boite à outils en EM (2)</b>	<b>Découvrir et utiliser les outils de l'EM</b>	10h30-12h	Exercices pratiques ciblant : <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Les échelles d'importance et de confiance</li> <li>✚ Les napperons</li> <li>✚ Les cartes des valeurs</li> </ul>	Alternance de temps explicatifs et expérientiels, jeux de rôle
<b>PAUSE REPAS DU MIDI (2h)</b>				
<b>Anatomie d'une consultation d'EM</b>	<b>Comprendre les processus au fil de la consultation et au fil des consultations</b>	14h-16h	Présentation succincte des processus de l'EM, co-construction des contenus avec le groupe, dégagement des principaux repères : <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Engagement (organiser le contexte du changement)</li> <li>✚ Focalisation (cibler le but du changement)</li> <li>✚ Évocation (susciter le discours du changement)</li> <li>✚ Planification (concrétiser le changement)</li> </ul>	Alternance de temps explicatifs et expérientiels, travail en petits groupes (TPS), utilisation de supports audio-vidéo
	<b>Savoir dans quel processus se situe la consultation</b>			
<b>PAUSE (15min)</b>				

<b>Mise en situation</b>	<b>Appliquer ce qui a été vu avec un patient</b>	16h15-17h15	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Consignes de jeu (patient ambivalent et patient en pré-contemplation)</li> <li>✚ Jeux de rôle par deux puis collectif</li> <li>✚ Débriefing et commentaires</li> </ul>	Jeux de rôle / intervision
<b>Résumé de la journée et conclusion</b>	<b>Dégager les points importants de la journée et de la formation</b>	17h15-17h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Questions-réponses</li> <li>✚ Évaluation de la formation</li> <li>✚ Perspectives (perfectionnement, intervision, supervision)</li> </ul>	Tour de table, grille d'évaluation de la formation, échanges avec le groupe
<b>FIN DE FORMATION</b>				