

# ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

MISE À JOUR : 27 AVRIL 2020

## D'après W. Miller et S. Rollnick

L'entretien motivationnel (EM) est une « méthode de communication directive centrée sur le patient visant à l'augmentation de la **motivation intrinsèque** par l'exploration et la résolution de l'**ambivalence** ». Cette approche de la relation de soins permet de renforcer les capacités du patient au changement. Les principes généraux de l'EM sont de **faire preuve d'empathie, de faire émerger les divergences** entre le comportement actuel du patient et ses valeurs afin de renforcer sa perception des inconvénients du *statu quo*, **d'accepter la résistance du patient** et de l'amener à devenir acteur de la résolution de ses problèmes, et enfin de **renforcer le sentiment d'efficacité personnelle** du patient.



**Compétences** : **OuVER** = faire émerger le discours-changement.

Poser des questions **Ouvertes**: faire émerger les préoccupations du patient.

Valoriser: valoriser la démarche pour renforcer l'estime de soi du patient.

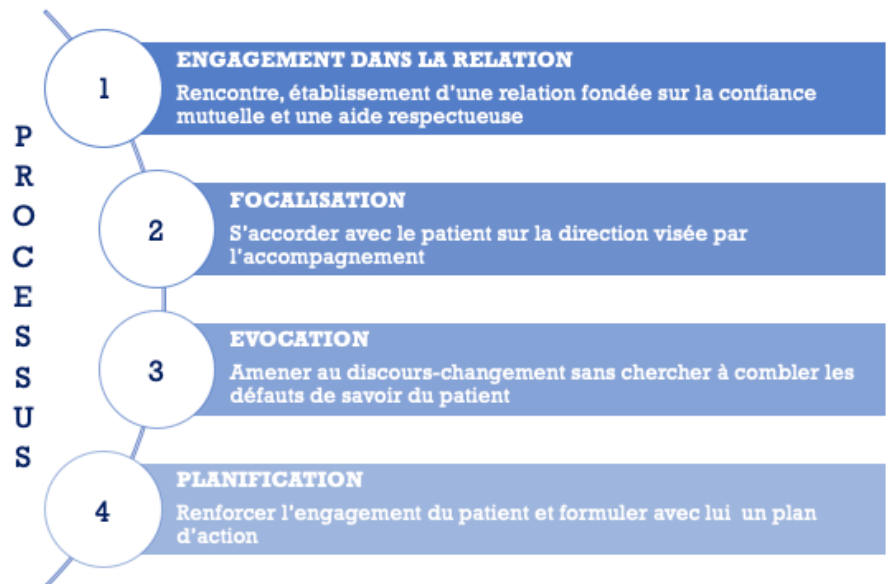
Pratiquer l'**Écoute** réflexive: répétition, reformuler, reflet des sentiments, laisser la main au patient sur le contenu du discours, en l'orientant dans le développement ou l'explication de son ambivalence.

Résumer: récapitulations courtes et fréquentes pour ponctuer l'entretien, sélectionner les éléments motivationnels pour les faire réentendre au patient.



**Etat d'esprit de l'EM** :

Autonomie  
 Liberté et responsabilité des patients  
 Partenariat  
 Non jugement  
 Altruisme



## — Ce que l'entretien motivationnel n'est pas —

1/ Le modèle transthéorique de changement, 2/ Un moyen d'inciter les gens à faire ce que l'on veut qu'ils fassent, 3/ Une technique pure, 4/ La balance décisionnelle de Janis et Mann, 5/ Un « réflexe correcteur » ou la théorie de la réactance psychologique de Brehm, 6/ Une thérapie cognitive comportementale, 7/ Une thérapie centrée patient, 8/ Facile à apprendre, 9/ Une pratique habituelle, 10/ Une panacée.

## Références :



1. Miller, W. R., & Rollnick, S. (2002). Motivational interviewing: Preparing people for change (2nd ed.). The Guilford Press.
2. D Lécailler, P michaud, L'entretien motivationnel, une évolution radicale de la relation thérapeutique, *Alcoologie et Addictologie* 2004 ; 26 (2) : 129-134
3. WR Miller, S.Rollnick. Ten things that motivational interviewing is not. *Behav Cogn Psychother.* 2009 Mar;37(2):129-40.