

FORMATION EN ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

# L'entretien motivationnel : une discussion sur le changement



Photo by [Ahmad Odeh](#) on [Unsplash](#)

## **Pascaline BRION**

Formatrice et superviseure en entretien motivationnel  
Membre du MINT (réseau international de formateurs) et de l'AFDEM  
(réseau francophone de formateurs)



[pascaline.brion@gmail.com](mailto:pascaline.brion@gmail.com)

[Profil LinkedIn](#)

**N° SIRET : 880 947 734 00039**

**Numéro d'organisme de formation** : déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11930830793  
auprès du préfet de région d'Ile-de-France

Mise à jour mars 2024

# L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

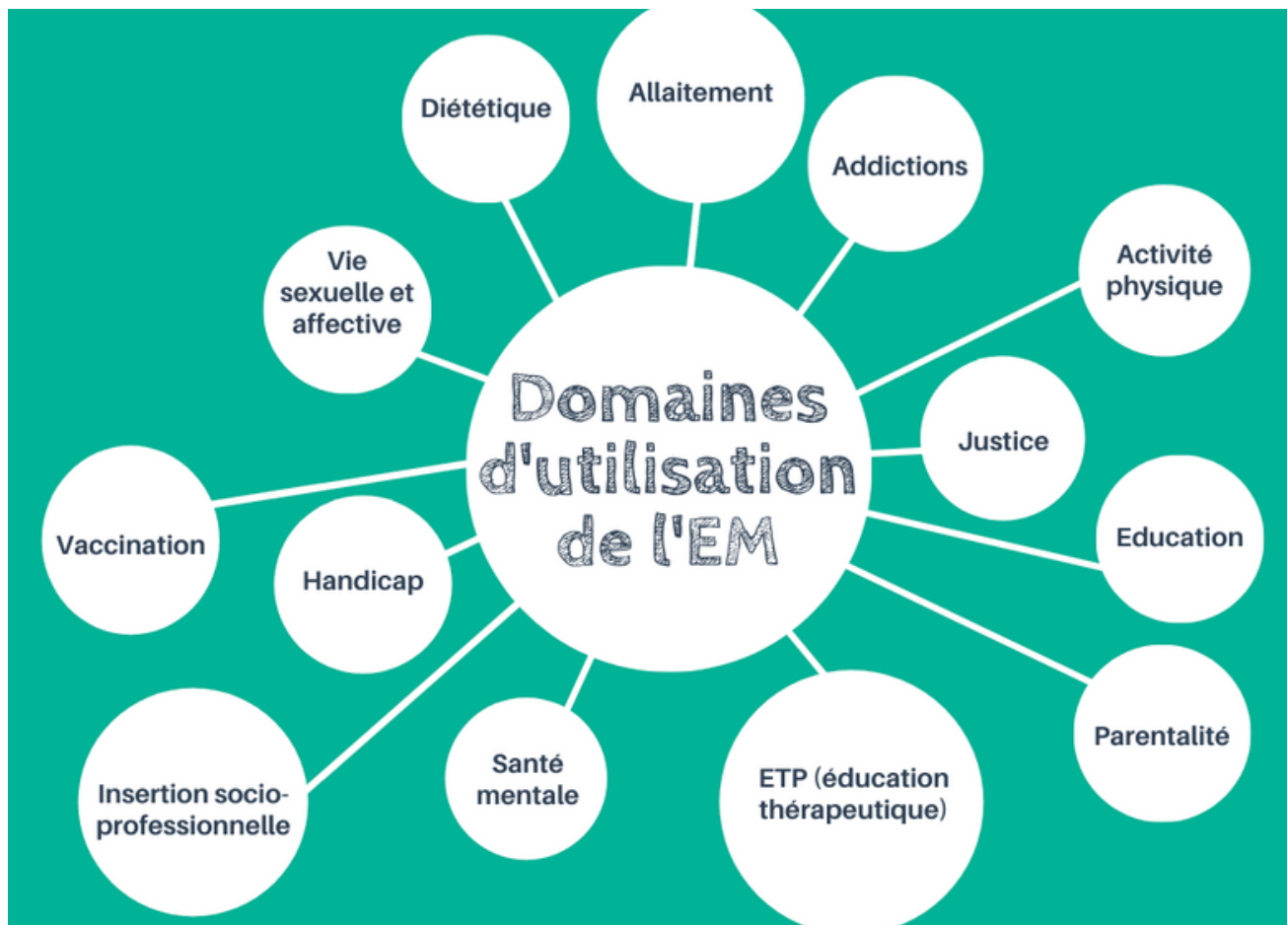
" Si on fait ce que l'on a toujours fait, on obtient ce que l'on a toujours obtenu. "

## L'entretien motivationnel (EM) c'est quoi ?

C'est un style de conversation collaboratif, où l'on explore en profondeur, l'ambivalence de la personne en l'aidant à verbaliser ses propres raisons de changer et sa capacité à le faire.

L'EM permet de partir de ce que vit et ressent réellement une personne, grâce à une écoute sincère et empathique, où on ne cherche ni à convaincre ni à fournir des solutions trop rapidement.

## Domaines d'utilisation



## Quand peut-on faire de l'EM ?

=> un changement de comportement est souhaitable ou nécessaire pour la santé de la personne.

=> la personne est ambivalente ou fermée : " elle ne veut pas ou n'arrive pas à le faire ".

# FORMATION D'INITIATION EN ENTRETIEN MOTIVATIONNEL



## Qui peut se former

Tous les professionnels menant des entretiens.

## Pourquoi se former



" Parfois, je me sens bloqué.e en entretien. "

" Je sens que je tourne en rond quand il s'agit de changement de comportement, je n'arrive pas à avancer avec mon patient. "

" J'ai vraiment envie que la personne soit autonome, fasse d'elle même et là je sens que je force les choses. "

## Pré-requis

Aucun, si ce n'est l'envie de découvrir cette approche.



## Durée

3 jours consécutifs - 21 h de face-à-face pédagogique

## Nombre de participants

Maximum 12 personnes par groupe.

Jusqu'à 18, si la formation est co-animée par deux formateurs.trices.

## Méthodes pédagogiques




- **IMMERSION** : voire, entendre, faire = vivre l'EM pour ressentir, comprendre et apprendre.
- **PROGRESSIVITÉ** : apprentissage par étape, du simple au complexe, en capitalisant sur les expériences vécues.
- **INTERACTIVITÉ** : activités pédagogiques variées, en sous-groupes, suivies de débriefings (jeux, démonstrations, exercices d'écoute, d'observation, de formulation, mises en situation, simulations).
- **FEEDBACK** : rétroaction personnalisée pendant et après les exercices pour réellement intégrer de nouvelles compétences.

## PLUS DE DETAILS SUR LA FORMATION DE BASE EN ENTRETIEN MOTIVATIONNEL




### **Objectifs généraux**

- Reconnaître l'esprit et les savoir-faire de l'EM
  - Expérimenter l'EM dans un contexte de formation
  - Intégrer progressivement l'EM dans sa pratique professionnelle
- 

### **Objectifs spécifiques**

*A la fin de la formation les participant.es seront capables de :*

- définir l'EM
  - identifier l'ambivalence
  - reconnaître les éléments composant l'esprit de l'EM
  - prendre conscience de son réflexe réparateur et de son effet
  - repérer le discours-changement et le discours-maintien
  - identifier les stratégies pour faire baisser la tension (dissonance) en entretien
  - utiliser les savoir-faire de l'EM de manière directionnelle
  - soigner son empathie en développant l'écoute réflexive
  - naviguer dans les processus de l'EM
- 



## PROGRAMME « À TITRE INDICATIF, AJUSTABLE SELON LES GROUPES »

### JOUR 1 - L'ESPRIT DE L'EM

Brise-glace

Définition et contextes d'utilisation de l'EM

L'ambivalence

Les impasses relationnelles, le réflexe réparateur, la dissonance

L'esprit de l'EM

Bilan de la journée

### JOUR 2 - LES SAVOIR-FAIRE

Mise en mouvement

Les savoir-faire de l'EM en pratique

- questions ouvertes
- reflets
- valorisations
- résumés
- partager de l'information

Bilan de la journée

### JOUR 3 - LES PROCESSUS DE L'EM

Mise en mouvement

Les 4 processus avec un focus sur :

- la focalisation : choisir une direction

ET

- l'évocation : repérer et susciter le discours-changement

Synthèse

Evaluation de la formation



## Bibliographie indicative :

### Ouvrage de référence

Motivational Interviewing, Forth Edition: Helping people change and grow. W. R. Miller, S. Rollnick. 2023. / Traduction (dernière version en cours) : L'entretien motivationnel - Aider la personne à engager le changement - 2ème édition. W. Miller, S. Rollnick. 2013.

### Efficacité de l'EM

- A Meta-Analysis of Motivational Interviewing: Twenty-Five Years of Empirical Studies. Brad W. Lundahl, Chelsea Kunz, Cynthia Brownell, Derrik Tollefson and Brian L. Burke. Research on Social Work Practice, 2010.
- Motivational interviewing: a systematic review and meta-analysis. Sune Rubak, Anneli Sandbæk, Torsten Lauritzen and Bo Christensen. British Journal of General Practice, 2005.

### Apprentissage de l'EM

- A Randomized Trial of Methods to Help Clinicians Learn Motivational Interviewing. William R. Miller, Carolina E. Yahne, Theresa B. Moyers, James Martinez, and Matthew Pirritano. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 2004.
- Eight Stages in Learning Motivational Interviewing. William R. Miller, Theresa B. Moyers. Journal of Teaching in the Addictions, 2006.
- Training in motivational interviewing: A systematic review. Michael B. Madson, Andrew C. Loignon, Claire Lane. Journal of Substance Abuse Treatment, 2009.
- Sustaining motivational interviewing: a meta-analysis of training studies. Craig S. Schwalbe, Hans Y. Oh & Allen Zweben. Addiction, 2011.

### EM et physiothérapie

- Brief physical activity counselling by physiotherapists (BEHAVIOUR): protocol for an effectiveness-implementation hybrid type II cluster randomised controlled trial. Hassett L, Jennings M, Brady B, Pinheiro M, Haynes A, Sidhu B, Christie L, Dennis S, Pearce A, Howard K, Greaves C, Sherrington C. Implement Sci Commun, 2022.
- Behaviour change intervention increases physical activity, spinal mobility and quality of life in adults with ankylosing spondylitis: A randomised trial. O'Dwyer, T., Monaghan, A., Moran, J., O'Shea, F., & Wilson, F. Journal of Physiotherapy, 2016.
- Can addition of motivational interviewing to conventional therapy and task oriented training improve outcome after stroke? A randomized controlled trial. Muazu, M. Y., Abdullahi, A., & Usman, J. S. Archives of Physiotherapy and Global Researches, Journal of Physiotherapy, 2018.