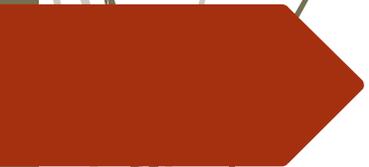




FORMATION PRATIQUE TROD VIH ET VHC

3 décembre 2018

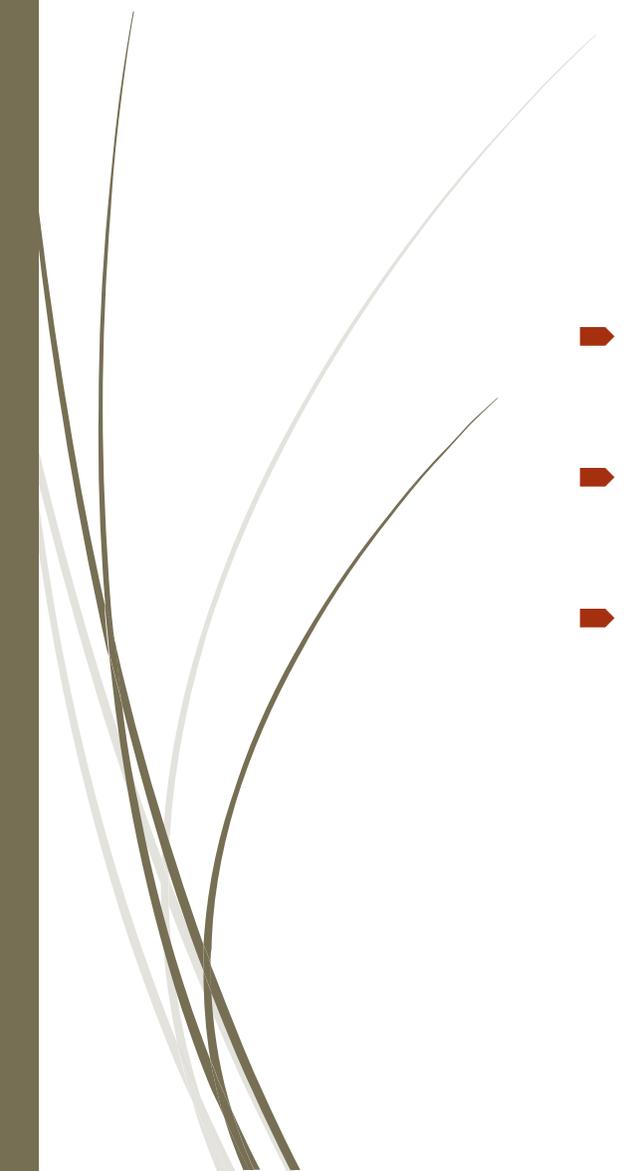


Entretien motivationnel et counseling

Sophie JEAN, AIDES OCCITANIE



L'entretien motivationnel



- Développement dans les années 80 aux Etats Unis et au Royaume Uni par **William Miller et Stephen Rollnick** (psychologues),
- Champ de l'éducation sanitaire (en particulier dans le traitement des dépendances aux substances psycho-actives),
- **Objectif** : construire une **motivation à changer un comportement**.



Les stades de changement (James Prochaska et Carlo DiClemente, 1982)

- La pré-contemplation,
- La contemplation ou la réflexion,
- La préparation,
- L'action,
- Le maintien.

La balance décisionnelle

- But de l'entretien motivationnel : faire ressortir l'ambivalence naturelle qui s'oppose aux changements,
- Un outil : la balance décisionnelle (Janis et Mann – 1971),
- Chercher à explorer les valeurs de la personne, ce qui lui tient le plus à cœur actuellement en lien avec ce qu'elle nomme.

Si je ne change pas mes habitudes		Si je change mes habitudes	
Inconvénients	Avantage	Inconvénients	Avantages
-	-	-	-
-	-	-	-
- ...	- ...	- ...	- ...



Les stratégies de l'entretien motivationnel

Technique « OU-V-E-R » :

OU : Poser des questions **OU**vertes,

V : **V**aloriser,

E : Pratiquer l'**E**coute réflexive (reflet, reflet simple, reflet double, reflet de sentiment),

R : **R**ésumer.



Questions ouvertes



- Approfondir ce que vit la personne,
- préciser son point de vue,
- encourager l'exploration de l'ambivalence.

- Quelques exemples :

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- A quoi ... ?- De quoi ... ?- Dans quelle mesure ... ?- Pour quelles raisons ... ?- Quels sont ... ?- Que croyez vous ... ?- Comment ... ?- Qu'est-ce que ... ? | <p>Pour relancer :</p> <ul style="list-style-type: none">- Dans quel sens... ?- C'est-à-dire ... ?- Comme quoi ... ?- Par exemple ... ?- Mais encore... ?- Parlez moi, illustrez moi ... |
|---|---|

- ATTENTION : Éviter les « POURQUOI ? »



Valoriser

- Souligner le processus plutôt que le résultat,
- Valoriser la démarche, ce qui renforce le sentiment d'efficacité personnelle et d'estime de soi et contribue à faire émerger le discours-changement,
- Reconnaître les capacités de la personne, lui donner de la valeur et appuyer les efforts accomplis.

Ecoute reflexive

- Forme d'engagement qui implique une sensibilité et une attention à l'autre,
- Reformuler les propos entendus avec différentes techniques :

REFLET : permet de vérifier que l'on a bien compris et de recentrer l'intervention (ainsi, l'utilisateur se sent écouté)

-----> se dire dans sa tête : si j'ai bien compris ...

REFLET SIMPLE = reformuler de manière neutre

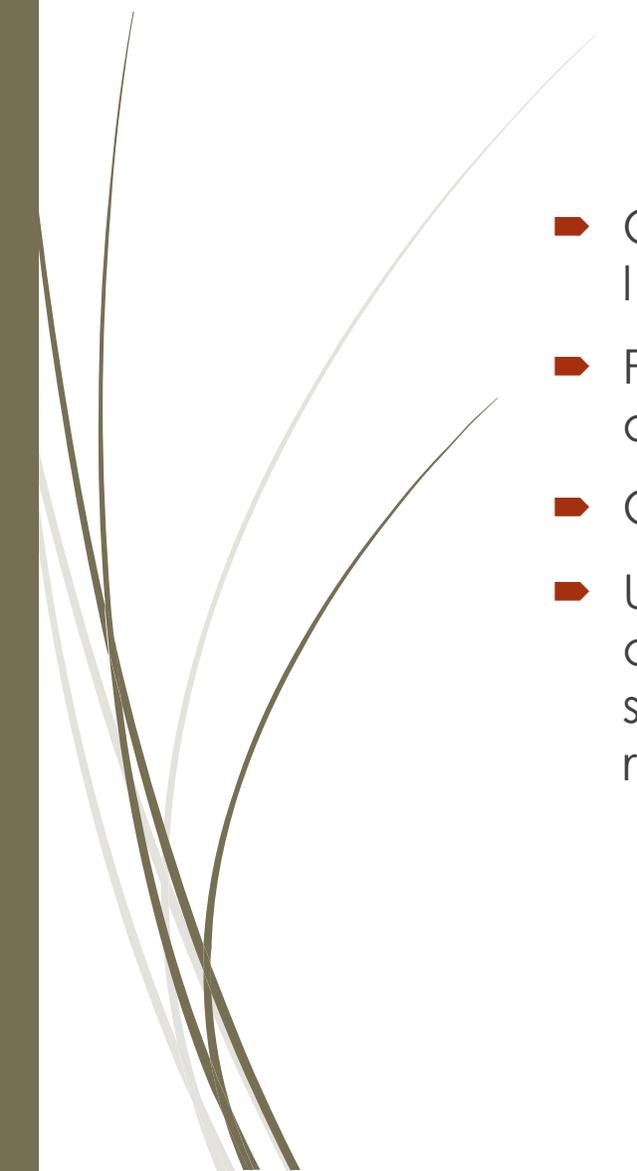
-----> « Parfois, mon envie de consommer des produits m'inquiète » = « ta consommation de produits te préoccupe ? »

REFLET DE SENTIMENT = reprendre le discours en traduisant le discours exprimé

-----> « C'est difficile de refuser quand on m'offre des produits » = « Tu es préoccupé par la gestion de ta consommation ? »



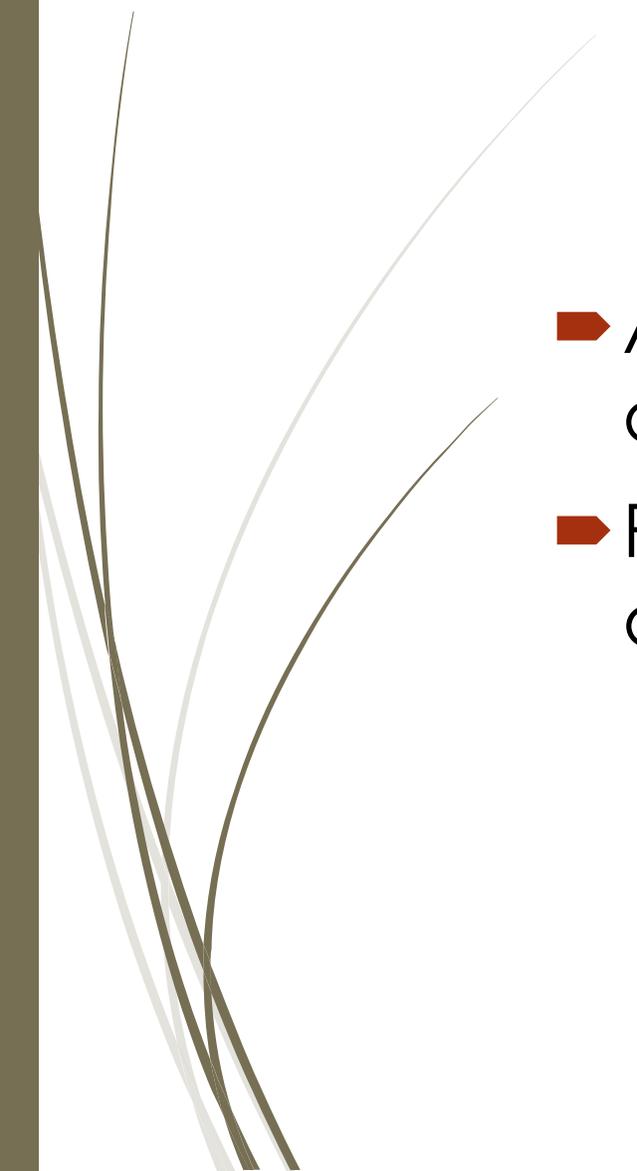
Résumer



- Compiler les informations reçues ce qui peut faciliter la définition de l'objectif de l'entretien.
- Permettre à la personne reçue de constater que vous portez attention à ce qu'elle dit en prenant le soin de l'inclure dans le travail de vérification.
- Ce qui aide beaucoup à la mise en confiance.
- Un bon résumé permet de montrer à la personne qu'elle est écoutée attentivement, sélectionner les éléments de discours sur lesquels vous souhaitez mettre de l'emphase, de vérifier si les éléments essentiels sont bien repris et de clore un sujet avant d'en aborder un autre.



Pour un entretien de qualité ...

- Alternier questions ouvertes, reformulations, questions fermées.
 - Permet d'éviter le sentiment d'avoir à répondre à un interrogatoire.
- 



Posture de l'intervenant : les attitudes à privilégier

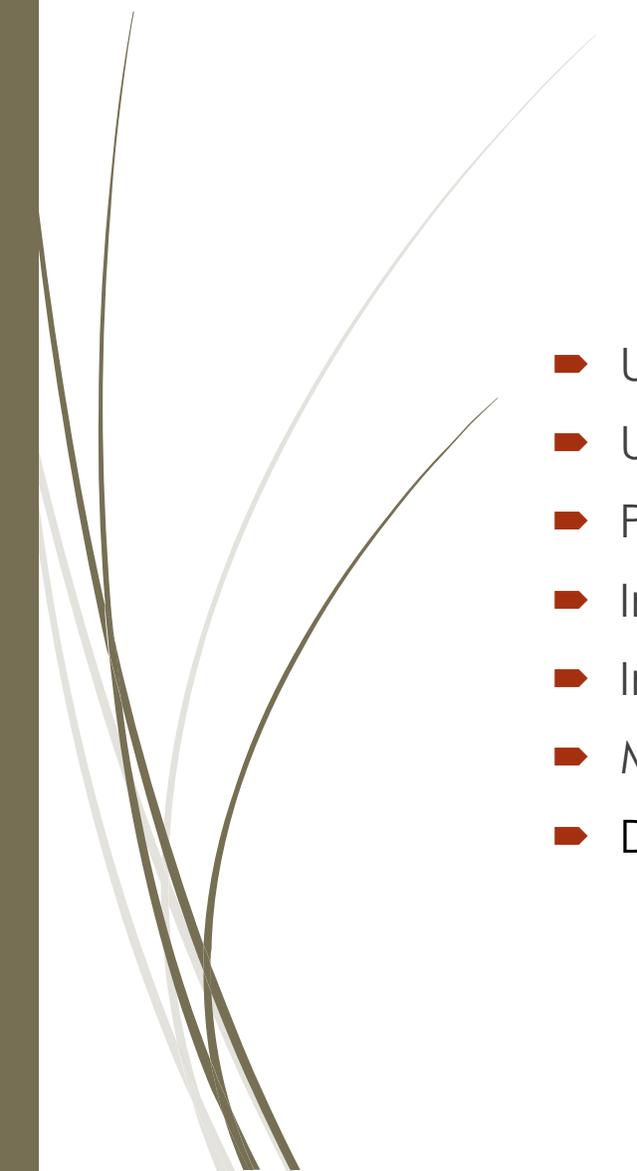
- Développer une relation de partenariat et d'empathie,
- Orienter l'entretien en ayant une perception positive de la sexualité,
- Être à l'aise et honnête,
- Être disponible et ouvert,
- Respecter l'intimité et la réalité,
- Croire au potentiel,
- attitude de non jugement,
- pas de critiques, ni de culpabilisations ni de conseils,
- ne pas vouloir chercher une solution à tout prix,
- rester dans l'ici et maintenant,
- accompagner l'autre dans sa démarche, à son rythme, se laisser guider
- écouter, c'est avant-tout laisser parler,
- L'importance du silence.



Focus sur « les silences »

Ils font intégralement partie de la communication

→ ils expriment quelque chose :

- Une émotion contenue ;
 - Un temps de réflexion ;
 - Peur de n'avoir rien à dire ou d'oser prendre la parole ;
 - Incompréhension ou scepticisme ;
 - Incapacité ou impossibilité d'exprimer sa souffrance, son chagrin ou sa douleur ;
 - Mise en retrait, volonté de s'isoler ;
 - Digérer une information ou une reformulation.
- 

La démarche de l'entretien pré-test

Les objectifs de l'entretien pré-test :

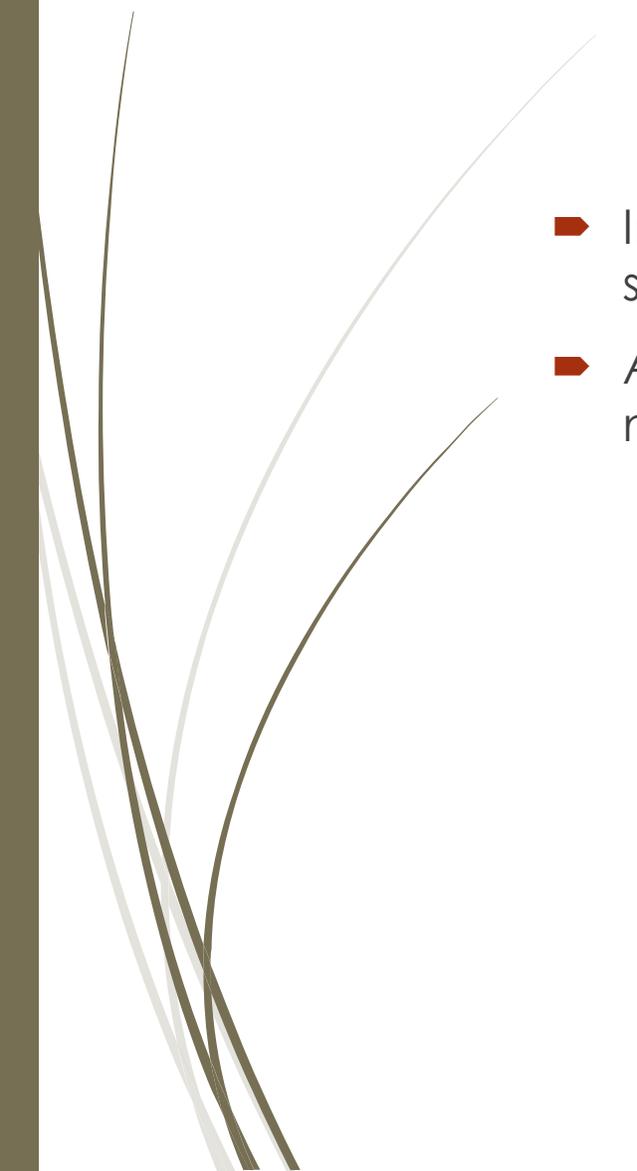
- Offrir un entretien de prévention basé sur le counseling et l'entretien motivationnel, c'est-à-dire toutes les pratiques qui consistent à orienter, aider, informer, soutenir, traiter,
- S'assurer que la personne est en mesure de recevoir un résultat,
- Initier un changement de comportement ou maintenir des comportements favorables à la santé,

Pour atteindre ces objectifs, nous pouvons adopter la démarche suivante :

- L'exploration,
- L'évaluation des risques,
- Questionner sur les antécédents de dépistages et d'une éventuelle sérologie positive VHC passée.
- Echange d'informations : demander – fournir – demander,
- Interventions brèves,
- Recueillir le consentement éclairé.

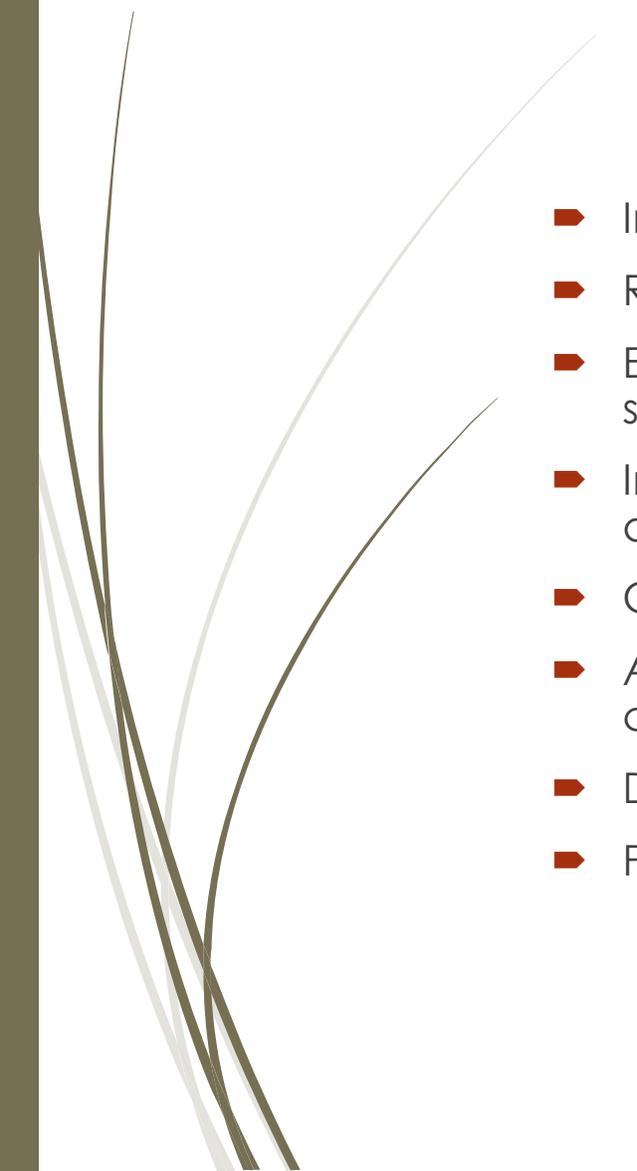


Counseling post-test négatif

- Informer sur la signification d'une réaction négative en lien avec un retour sur l'entretien pré-test,
 - Assister la personne dans sa prise de décision quant à l'adoption et au maintien de comportements plus favorables à sa santé.
- 



Counseling post-test positif



- ▶ Informer sur la signification du résultat et la nécessité de confirmer le résultat,
- ▶ Recueillir le ressenti de la personne et l'accompagner selon ce qu'elle exprime,
- ▶ Ecouter avec attention les questions de la personne et y répondre dans la limite de ses connaissances,
- ▶ Informer sur l'infection détectée (évaluer les connaissances de la personne, fournir des informations en conséquence),
- ▶ Conseiller sur les mesures à prendre pour limiter la transmission,
- ▶ Assister la personne dans sa prise de décision quant à l'adoption et au maintien de comportements plus "sécuritaires",
- ▶ Discuter de l'intervention préventive auprès des partenaires,
- ▶ Planifier les démarches nécessaires pour le suivi médical et autres ressources



La fin de l'entretien de counseling ...

- Reformuler les décisions / l'accord pris (s'il y en a),
 - Montrer à l'autre qu'il a été entendu,
 - L'orienter,
 - Ne pas quitter l'autre sur un malentendu.
- 



Conclusion générale

- Ce n'est pas une recette !
- C'est une manière d'être, d'entrer en relation, de concevoir son rôle comme intervenant.