

Intégrer l'entretien motivationnel dans ses pratiques d'accompagnement : parcours renforcé

Fil rouge : Pascal Gache, formateur membre certifié par le MINT (réseau international des formateurs en Entretien Motivationnel)

Préambule

L'Entretien Motivationnel (EM), tel que défini par ses concepteurs Miller et Rollnick, se présente comme une approche relationnelle, centrée sur votre interlocuteur dont le but est d'initier ou d'encourager la motivation au changement d'un comportement/attitude/situation dommageable pour une personne.

L'EM s'est développé dans de nombreux domaines tels que la santé (particulièrement les addictions et les maladies chroniques), le champ social (le monde de l'orientation professionnelle et de la réinsertion), la justice (probation et réinsertion, ...) et plus récemment dans le champ pédagogique.

Concernant les professionnels en addictologie, de nombreux travaux mettent en évidence l'intérêt de la pratique de l'EM dans le champ des addictions. Les résultats montrent une meilleure compliance aux suivis, des objectifs plus facilement atteints et des reconsommations en moins grand nombre.

Une formation à l'EM a donc pour objet de donner aux participants les compétences nécessaires pour pratiquer cette approche. Nous parlons bien d'approche relationnelle et pas d'une technique sensu stricto.

L'apprentissage de l'entretien motivationnel est tout à fait compatible avec des modèles théoriques de référence classiques et sa mise en pratique s'intègre aisément à une expérience professionnelle déjà rodée. Son style original privilégie la collaboration entre l'intervenant et son interlocuteur en direction d'un objectif partagé. On renonce ainsi à la prescription du changement qui induit chez l'interlocuteur des réactions contre-productives fortement prédictives du maintien du comportement que la personne cherche à modifier.

Contrairement à une idée reçue, tout le monde ne fait pas de l'EM sans le savoir comme M Jourdain faisait de la prose à son insu. L'EM est une approche relationnelle aussi séduisante qu'exigeante. Elle requiert souvent de profonds bouleversements dans la manière de faire des intervenants. L'apprentissage peut donc se révéler un miroir pas toujours plaisant de ses propres pratiques. Comme tout apprentissage, celui de l'EM est une source riche de croissance personnelle même si ce n'est pas l'objet premier de la formation. L'engagement nécessaire pendant la phase d'apprentissage oblige les participants à une inévitable rencontre avec eux-mêmes. C'est dans cette rencontre qu'ils réaliseront qui ils sont dans les entretiens qu'ils

conduisent d'ordinaire et ce qu'ils peuvent devenir en acquérant et en pratiquant l'esprit, les principes et les outils de l'EM.

L'EM est une approche relationnelle qui a été évaluée à de nombreuses reprises et bien souvent à son avantage. Une abondante littérature existe pour confirmer cette efficacité. Néanmoins, l'EM ne constitue pas une panacée qui aurait réponse à tout, mieux que d'autres approches. Cet apprentissage de l'EM se conçoit donc dans un esprit de partage et en aucune manière dans une volonté hégémonique d'imposer une manière de faire.

Ces quelques mots de préambule considérés, l'apprentissage de l'EM se fait dans une atmosphère détendue, bienveillante et ludique où l'humour est toujours présent.

Objectifs de la formation

A la fin de la formation, les participants seront capables de mener un entretien motivationnel avec naturel et fluidité en respectant son esprit, en utilisant ses outils et en s'appuyant sur ses processus. Pour cela ils seront à même de :

- Faire alliance avec leurs interlocuteurs.trices par la pratique de l'écoute réflexive et d'autres outils de l'EM
- Augmenter la motivation au changement de leurs interlocuteurs.trices.
- Aider à organiser un plan de changement.

Programme de la formation

L'apprentissage de l'EM est un phénomène continu. La formation en tant que telle est une base sur laquelle l'amélioration des compétences en EM viendra se poser avec sa pratique régulière.

L'apprentissage de l'EM est un processus qui s'appuie sur la durée afin de disposer d'assez de temps pour acquérir les nouvelles connaissances à l'origine de nouvelles compétences relationnelles. La pratique régulière de ces compétences se transformera progressivement en de nouvelles habitudes. 12 mois sont nécessaires pour la mise en place durable des nouvelles façons de faire.

Trois types d'apprentissage sont prévus

1- Formation en groupe en 6 sessions soit 9 jours de formation

Session 1 : (15 et 16 janvier 2024)

- Durée : 2 jours

- **Objectif** : découvrir et pratiquer les composantes de base de l'EM
- **Contenu** : découverte de l'EM, description de l'esprit et des outils de l'EM premières intégrations dans la vie réelle

➔ **session présentielle**

Sessions 2 : (7 février 2024)

- **Durée** : 1 jour
- **Objectif** : découvrir les outils de l'EM (suite), approfondir la pratique de l'EM à partir des premières expériences tentées après la première session
- **Contenu** : retour d'expérience après la session 1, approfondissement des processus et intégration dans la vie réelle. Apprentissage de la cotation d'une grille d'évaluation de la fidélité des entretiens à la pratique de l'EM (Grille MITI)

➔ **session à distance (zoom)**

Session 3 : (11 et 12 mars 2024)

- **Durée** : 2 jours,
- **Objectif** : continuer d'approfondir la pratique de l'EM par la mise en pratique des processus de l'EM.
- **Contenu** : Découverte des 4 processus de l'EM et notamment de l'évocation et de la planification.

➔ **session présentielle**

Sessions 4 : (13 mai 2024)

- **Durée** : 1 jour
- **Objectif** : approfondir la pratique de l'EM en ajustant sa mise en place aux situations vécues par les participants, approfondissement des processus et intégration dans la vie réelle.
- **Contenu** : retour sur expérience des sessions précédentes, explorer l'ambivalence, modérer le discours-maintien, faire baisser la discordance

➔ **sessions à distance (zoom)**

Session 5 : (10 et 11 juin 2024)

- **Durée** : 2 jours,
- **Objectif** : continuer d'approfondir la pratique de l'EM par la mise en pratique des processus de l'EM.
- **Contenu** : Découverte des 4 processus de l'EM et notamment de l'évocation et de la planification.

➔ **session présentielle**

Sessions 6 : (27 septembre 2024)

- Durée : 1 jour
- Objectif : synthétiser les apprentissages et évaluer le niveau d'acquisition
- Contenu : retour sur expérience des sessions précédentes

➔ sessions à distance (zoom)

2- Travaux InterSessions (TIS)

A la fin de chaque session, les participants auront des tâches précises à effectuer afin de pratiquer l'EM dans leur milieu professionnel. Ces tâches seront de difficulté croissante.

3- Séances de supervision

Dès la fin de la session 1, des séances de supervision sont proposées à partir d'enregistrements audio des participants dans leur contexte professionnel. Les supervisions se font par groupe de 4 personnes (trois participants et le formateur) en visio (zoom). Pendant la formation, nous proposons 5 séances de supervision groupale par personne (une après chaque session). Chaque séance dure 90 minutes.

Session 1 - présentiel	TIS + supervision	Session 2 - visio		TIS + supervision	Session 3 - présentiel
2 jours	1h30	1 jour		1h30	2 jours
15 et 16 Janvier 2024	29 janvier 2024	7 février 2024		25 et 26 mars 2024	11 et 12 mars 2024
TIS + supervision	Session 4 - visio	TIS + supervision	Session 5 - présentiel	TIS + supervision	Session 6 - visio
1h30	1 jour	1h30	2 jours	1h30	1 jours
27 et 28 mai 2024	13 mai 2024	24 et 25 juin 2024	10 et 11 juin 2024	16 et 17 septembre 2024	27 Septembre 2024

Au total, la formation comporte 9 jours de formation en groupe (4 en présentiel et 4 en ligne), 5 TIS et 5 séances de supervision.

Les participants pourront s'ils le veulent valider leurs compétences au cours de leur formation par le passage de niveaux de difficultés croissante. Selon les participants et leurs niveaux atteints, ils pourront valider deux ou trois niveaux (débutant- vert, avancé-bleu, confirmé-rouge).

A la fin de cette formation, les participants pourront aussi être accompagné à devenir des référents EM au sein de leur structure. Ceci afin de capitaliser sur cette formation longue et en permettant la montée en compétence de l'ensemble de leurs collègues.

LES DATES DE LA FORMATION :

Pour les sessions de formation en groupe entier

- 16 et 16 janvier 2024 (en présentiel à Paris)
- 7 février 2024 (zoom)
- 11 et 12 mars 2024 (en présentiel à Paris)
- 13 mai 2024 (zoom)
- 10 et 11 juin 2024 (en présentiel)
- 27 septembre 2024 (zoom)

Pour les supervision : créneau d'1h30 à définir sur les dates suivantes :

Session 1 : 27 janvier 2024

session 2 : 25 et 26 mars 2024

session 3 : 27 et 28 mai 2024

session 4: 24 et 25 juin 2024

session 5 : 16 et 17 septembre 2024

Méthode

L'essentiel des méthodes utilisées repose sur les principes de pédagogie interactive pour adultes.

Nous privilégierons le travail en petits groupes, les supports vidéo et les exercices pratiques à deux, trois ou en petits groupes de 4-6 personnes.

Quelques présentations à caractère magistral permettront de clarifier les concepts et d'illustrer les exercices faits ou à faire.

L'EM étant une approche relationnelle, la plus grande partie du temps sera consacrée à la pratique d'exercices au cours desquels les participants expérimenteront eux-mêmes comme intervenant, comme « personne concernée » ou comme observateur actif, les composantes de l'exercice.

Chaque exercice sera analysé en termes de moyen de progression vers la pratique de l'EM. Au cours des exercices, le formateur veillera tout particulièrement à l'absence de jugements ou de propos dévalorisants lors des mises en commun qui succèdent toujours aux exercices.

Public et prérequis

La formation s'adresse aux professionnels spécialisés en addictologie quel que soit la structure d'activité et menant régulièrement des entretiens individuels ou de groupe. Il est nécessaire d'être en activité au moment de la formation afin de pouvoir réaliser les travaux intersessions

Il n'y a aucun prérequis en termes de formation initial ou d'expérience préalable. Avoir participé à une formation EM de niveau 1 peut être un plus mais pas obligatoire.

Tarifs

Tarif adhérent (hors formation continue)*	1800 € (soit 180€/j)
Non-Adhérent ou pris en charge par la formation continue*	3200 € (soit 320€/j)

*Un règlement en deux échéances pourra être réalisé : la moitié avant le début de la formation et le solde début 2024

Lieu des session en présentiel

Siège de la Fédération Addiction

104 rue Oberkampf

75011 Paris

Passé le porche au fond à gauche du chemin pavé

Métro :

- Ligne 2 : Ménilmontant
- Ligne 3 : Rue Saint Maur (sortie 1)

Contact

+33 (0)1.55.78.45.51

formation@federationaddiction.fr

