



FORMATION PRATIQUE TROD VIH ET VHC


Entretien motivationnel et counseling

L'entretien motivationnel

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

La balance décisionnelle

- But de l'entretien motivationnel: faire ressortir l'ambivalence naturel qui s'oppose aux changements.
- Chercher à explorer les valeurs de la personne, ce qui lui tient le plus à cœur actuellement en lien avec 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 simple, reflet double, reflet de sentiment)

R: **R**ésumé

Questions ouvertes

- Approfondir ce que vit la personne
- Préciser son point de vue
- Encourager l'exploration de l'ambivalence

- **A quoi.....?**
- **De quoi.....?**
- **Dans quelle mesure.....?**
- **Pour quelles raisons.....?**
- **Quels sont?**
- **Que croyez vous**
- **Comment?**
- **Qu'est ce que?**

Pour relancer:

- **Dans quel sens?**
- **C'est-à-dire.....?**
- **Comme quoi.....?**
- **Par exemple.....?**
- **Mais encore?**
- **Parler moi, illustré moi ...?**

Attention: Eviter 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.

Écoute réflexive

- 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).
- Redire dans sa tête si j'ai bien compris
- **Reflet simple**: reformuler de manière neutre (par exemple '*ma consommation des produits m'inquiète*') Ta consommation de produit te préoccupe ?
- **Reflet de sentiment**: Reprendre le discours en traduisant le discours exprimé. (par exemple: '*C'est difficile de refuser quand on m'offre des produits*'). Tu es préoccupé par la gestion de ta consommation.



RESUME

- 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.
- Vérifier si les éléments essentiels sont bien repris et de clore un sujet avant d'en aborder un autre.

Pour un entretien de qualité:

Il faut alterner 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
- Etre à l'aise et honnête
- Etre disponible et ouvert
- Respecter l'intimité et la réalité
- Croire au potentiel



POSTURE DE L'INTERVENANT: Les attitudes à privilégier

- Attitude de non-jugement
- Pas de critique, ni de culpabilité ni de conseil
- Ne pas vouloir chercher une solution à tout prix
- Rester dans **ici** et **maintenant**
- Accompagner l'autre dans sa démarche, à son rythme, se laisser guider
- Ecouter, c'est avant tout laisser parler
- L'importance du silence.

FOCUS SUR LES "SILENCES"

- Ils font partie de la communication et expriment:
- 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

Les démarches 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.
 - S'assurer que la personne est en mesure de recevoir un résultat.
 - Initier un changement de comportement ou maintenir de comportement favorables à la santé.
- **Pour atteindre ces objectifs**, nous pouvons adopter la démarches suivantes:
 - L'exploration
 - L'évaluation des risques
 - Questionner sur les antécédents de dépistages et d'une éventuelles sérologie positive VHC passée.
 - Echange d'information : demander – fournir- demander
 - Intervention brève
 - Recueillir le consentement éclairé.



Counseling post-test : résultat 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 favorable à sa santé.

Counseling post-test : résultat Positif

- Informer sur la signification du résultat et la nécessité de confirmation.
- 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 les limites de ses connaissances.
- Informer sur l'infection détectée (évaluer les connaissances de la personne, fournir des informations en conséquences).
- Conseiller sur les mesures à prendre pour éviter la transmission
- Assister la personne dans sa prise décision quant à l'adoption et au maintien de comportement plus "sécuritaire".
- Discuter de l'intervention préventive auprès des partenaires
- Planifier les démarches nécessaires pour le suivi médicale et autres ressources.



La fin de l'entretien de counseling

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



Conclusion générale.

Ce n'est pas une recette.

C'est plutôt :

- une manière d'être,
- d'entrer en relation avec l'autre,
- De concevoir son rôle comme intervenant

Bibliographie

- MILLER, W.R. et ROLLNICK, S. (2006). L'entretien motivationnel, Paris Interéditions, 232 pages.
- Otis, J., Blais, M., Godin, G., Lavoie, R., Lambert, G., Montoro, R., Igartua, K., Veillette-Bourbeau, L. & Girard, M-E. (En cours). Projet Phénix : programme de promotion de la santé sexuelle s'adressant aux hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes (HARSAH), séronégatifs et à risque d'infection par le VIH. Montréal : Université du Québec à Montréal
- PROCHASKA, James O., NORCROSS, John C., DI CLEMENTE, Carlo C (1982). Transtheoretical therapy: Toward a more integrative model of change. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 19 (3), 276-287.
- ROGERS, R W. (1975). A protection motivation theory of fears appeals and attitude change. *Journal of Psychology*, 91 (1), 93-114.
- ROSSIGNOL, V (2001) L'entrevue motivationnelle: un guide de formation, Programme de recherché sur les addictions, Centre de recherché de l'hôpital Douglas, 83 p.
- Tourette-Turgis, Catherine, *Counseling VIH, l'association Counseling, Santé et Développement*, en partenariat avec l'organisme *Comment Dire*. 2002 <http://www.counselingvih.org/>
- Wolitski et al. (2007) Beliefs about personal and partner responsibility among HIV-seropositive men who have sex with men: measurement and association with transmission risk behavior. 11:676-686
- Wolitski et al. (2003) Self-perceived responsibility of HIV-seropositive men who have sex with men for preventing HIV transmission *AIDS Behavior* vol.7, no.4 December 2003



Merci pour votre Ecoute et empathie

MICHEL MABOU chargé de projet
migrant/Etranger et formateur à AID**ES**