



Motiver un patient
atteint d' une maladie chronique
Le style motivationnel

Vendredi 2 décembre 2011

1^{ère} Rencontre d'ETP en région Rhône-Alpes

Madame Murielle REINER, HUG, Genève

A la fin de cette présentation,
je serai contente si vous...

- Vous sentez capable d'expliquer le style motivationnel
- Avez envie de vous former à l'Entretien Motivationnel

Et surtout... si vous avez passé



...un moment agréable

■ William R. Miller
Stephen Rollnick



L'entretien motivationnel

Aider la personne
à engager le changement

 InterEditions

■ Stephen Rollnick
William R. Miller
Christopher C. Butler



Pratique de l'entretien motivationnel

Communiquer avec le patient
en consultation

 InterEditions

Un patient comme tant d'autres :

Monsieur Gnam, diabétique avec une hémoglobine glyquée à 9.8%, hypertendu, en net surpoids, sédentaire aux antécédents familiaux vasculaires chargés

Point de vue du soignant

« Monsieur Gnam, votre état de santé est préoccupant »

« Ce serait vraiment important que vous perdiez un peu de poids... et que vous bougiez plus »

« avec 30' d'activité physique modérée par jour vous améliorerez votre santé »

« je suis inquiet pour vous M. Gnam: vous cumulez malheureusement de nombreux facteurs de risques... »



...réaction du patient

- « Pour le moment, je me sens plutôt bien, si c'était grave je le sentirais, ... »
- « Vous savez, j'ai essayé tellement de régimes... et puis je n'ai jamais été un grand sportif. »
- « Quand je marche, je suis vite essoufflé, je transpire et j'ai mal aux genoux. »
- « Vous avez sûrement raison, Docteur, **mais** je ne tiens jamais très longtemps mes résolutions. »

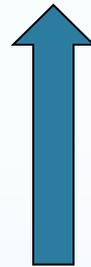


Réflexe correcteur

Ambivalence



Réflexe
correcteur



Résistance

Mais pourquoi ne veut-il pas comprendre qu'il doit changer?

Les professionnels de la santé ont souvent tendance à vouloir « réparer » les problèmes de leurs patients.

C'est le *réflexe correcteur*

La résistance est le signal qu'il y a une **dissonance** dans la relation et qu'il faut changer de stratégie

La résistance

- Elle est **occasionnée** ou **aggravée** par le soignant
- Elle se traduit chez le patient par
 - des arguments pour maintenir le comportement
 - des doutes sur ses capacités personnelles
 - de la justification
 - de la banalisation

C'est le royaume du « *oui, mais....* »

L'ambivalence

- elle est souvent confondue avec la résistance

Alors que:

- elle est NORMALE
- elle est intrinsèque à la personne
- donc, nous devons l'explorer et non la confronter

Comment l'aider à trouver la motivation à manger moins et à bouger plus ?



Ingrédients pour bâtir la motivation

- Importance (désirs, besoins, raisons de changer)
- Confiance en soi de réussir le changement (capacité)

Et si nous essayons de faire autrement...?

Deux par deux, 1 patient obèse, 1 soignant qui pose les questions suivantes:

Important! Pendant que votre « patient » répond, ne l'interrompez pas!

- Q. 1) Pour quelles raisons voulez-vous perdre du poids?
- Q. 2) Si vous décidiez de perdre du poids, comment vous y prendriez-vous?
- Q. 3) Quelle est le tout prochain pas dans votre réflexion autour de ce changement?

Le style motivationnel

Empathie	Collaboration <i>explore et négocie les idées et les inquiétudes du patient, considère le patient comme un partenaire</i>	Renforcement
	Évocation <i>fait parler le patient de ses valeurs et de ses motivations et ressources pour changer (résister au réflexe correcteur)</i>	
	Autonomie <i>accepte et respecte le fait que le patient fasse ses propres choix</i>	

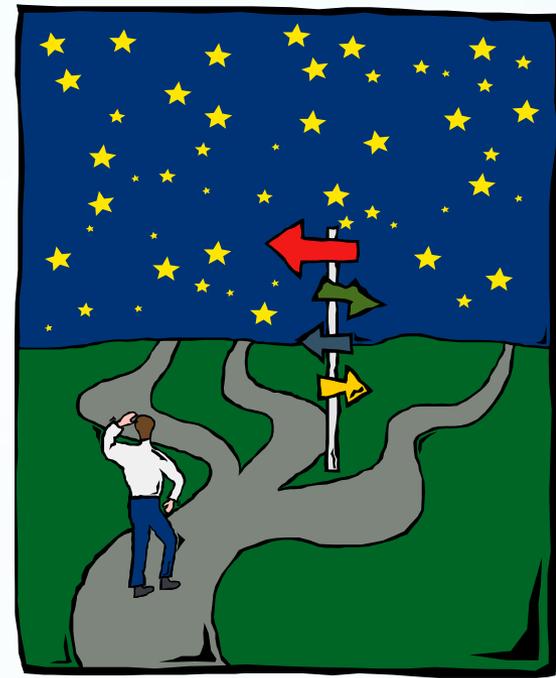
*« On se persuade mieux,
pour l'ordinaire, par les raisons
qu'on a soi-même trouvées,
que par celles qui sont venues
dans l'esprit des autres ».*



Pascal (1623-1662)

PENSEES 10(6)

La motivation...



Est une sorte de probabilité que quelqu'un fasse quelque chose ou opère un changement qui ne va pas de soi même s'il pourrait retirer un bénéfice immédiat ou à long terme de ce changement

l'Entretien Motivationnel

L'EM est une façon de guider, collaborative et centrée sur la personne, qui a pour but de susciter et de renforcer la motivation au changement.

« Notre style est un puissant déterminant dans la capacité de changement de nos patients »

William MILLER

J'AI COMMENCÉ PAR
CESSER DE BOIRE, ..
ENSUITE J'AI ARRÊTÉ
LES CIGARETTES,
ENFIN J'AI SUPPRIMÉ
LE SEXE

ET QU'EST-CE
QU'IL VOUS RESTE ?

LA
SANTÉ



WOLINSKI



... de votre attention

Motivations

Motivation extrinsèque

Regard des autres

Prej. de soc

Estime des familiales

Seit médical efficacité personnelle

Assurance-vie

Motivations

Motivation intrinsèque

Valeurs personnelles

Projet de vie

Estime de soi

Sentiment d'efficacité personnelle

Motivation extrinsèque

Regard des autres

Pression sociale

Injonctions familiales

Avis médical

Assurance-vie

L'empathie: aller dans le monde de l'autre

- C'est une manifestation explicite de notre capacité à comprendre la situation et les émotions du patient.

- Cette manifestation nécessite un effort de la part de l'intervenant

Empathie: Effets

- Sentiment d' être compris
- Sentiment de confiance
- Diminution de l' anxiété, du stress
- Meilleure observance thérapeutique
- Meilleurs résultats cliniques