

Education thérapeutique de la personne obèse : quelle est la place de l'entretien motivationnel ?

Prof. Alain Golay

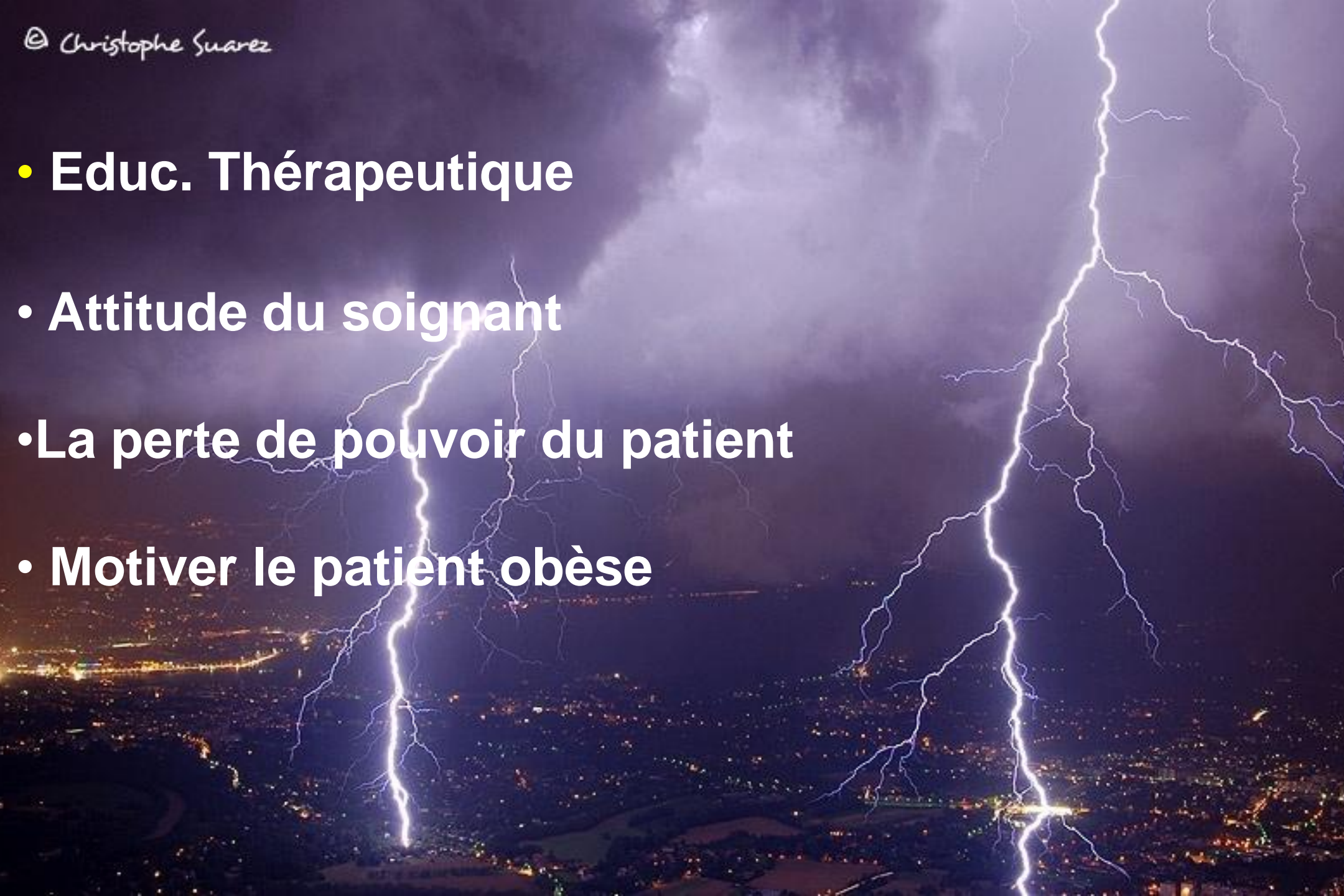
Hôpitaux Universitaires de Genève

Centre collaborateur de l'OMS

www.setmc.hug-ge.ch

Alain.golay@hcuge.ch

- **Educ. Thérapeutique**
- **Attitude du soignant**
- **La perte de pouvoir du patient**
- **Motiver le patient obèse**



Education Thérapeutique du Patient

Empowerment

Modèles
psycho-sociaux

Evaluer

Soutenir

Transmettre

Connaissances
Compétences

Centré
sur le
patient

Motiver

Utiliser

Croyances
Ressources
Besoins du
patients

Négocier

Les objectifs
L'évaluation

Type de traitement
Comportements

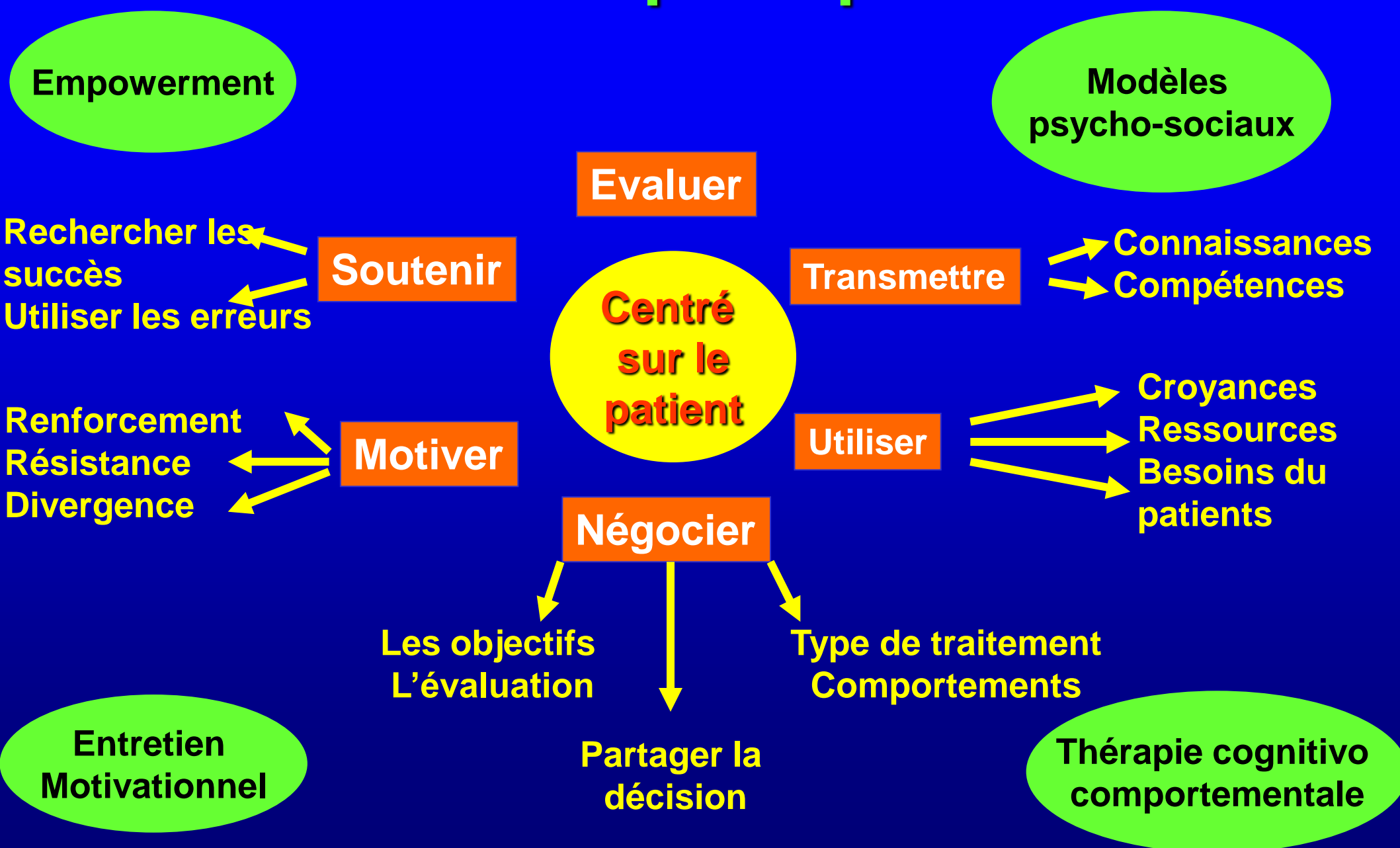
Partager la
décision

Entretien
Motivationnel

Thérapie cognitivo
comportementale

Rechercher les succès
Utiliser les erreurs

Renforcement
Résistance
Divergence



La santé chez un patient obèse

Bon vivant

```
graph TD; A([Bon vivant]) --> B[Définition « en creux »]; A --> C[Définition OMS];
```

Définition

« en creux »

Absence de maladie

Définition OMS

« État complet de bien être physique, mental et social »

Avoir une obésité ou être obèse

Médecin

Utiliser le verbe « avoir » permet de dire la vérité plus tard, de minimiser le diagnostic

Patient

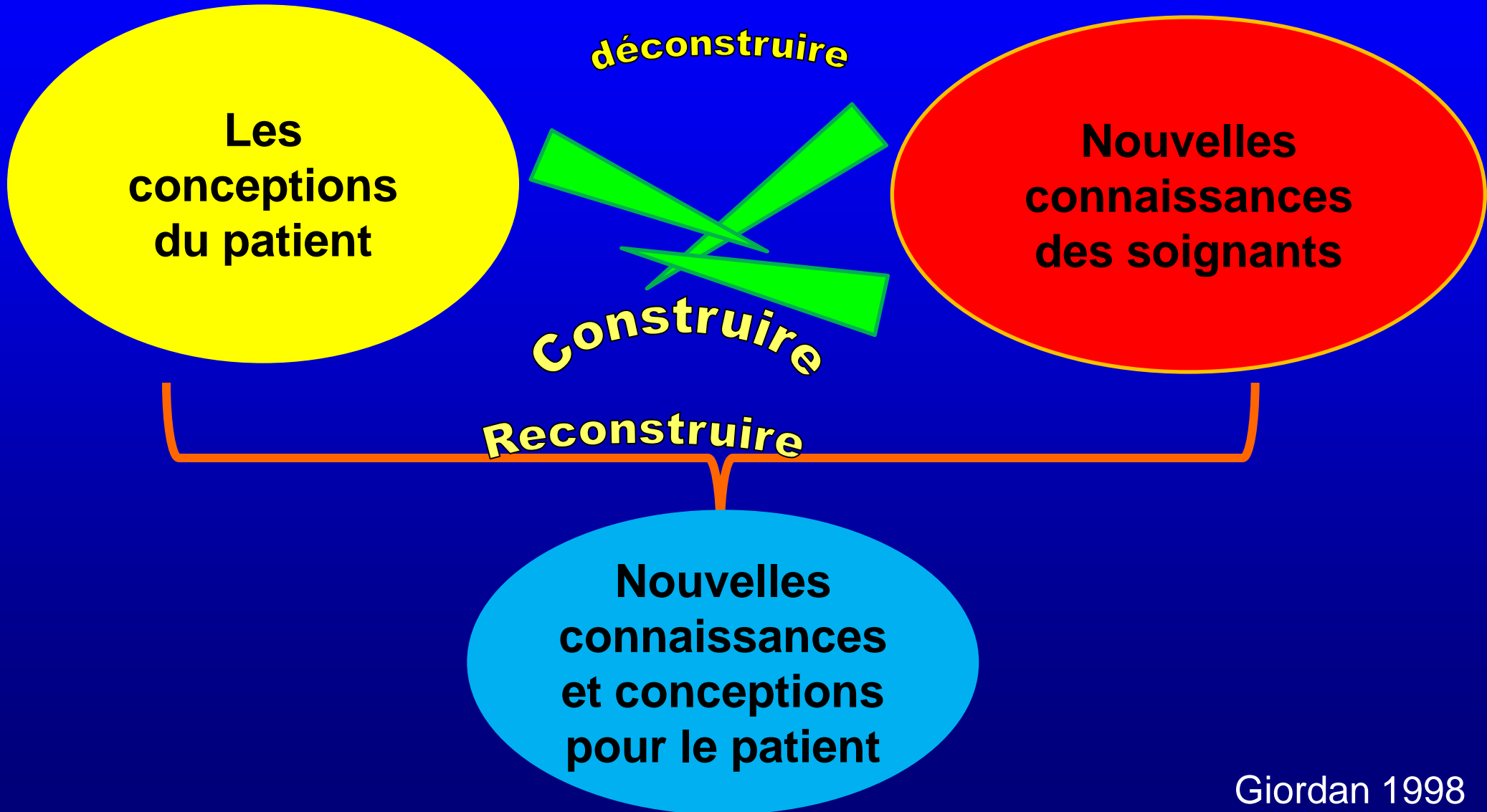
**« Avoir » une maladie épargne l'« être » et permet d'être différent
Evite d'être stigmatisé**

Le modèle de croyances de santé

Le patient obèse doit être convaincu:

- **Je suis malade**
- **Les conséquences de la maladie sont sérieuses**
- **Le traitement sera bénéfique**
- **Le traitement apporte plus d'avantages que d'inconvénients**

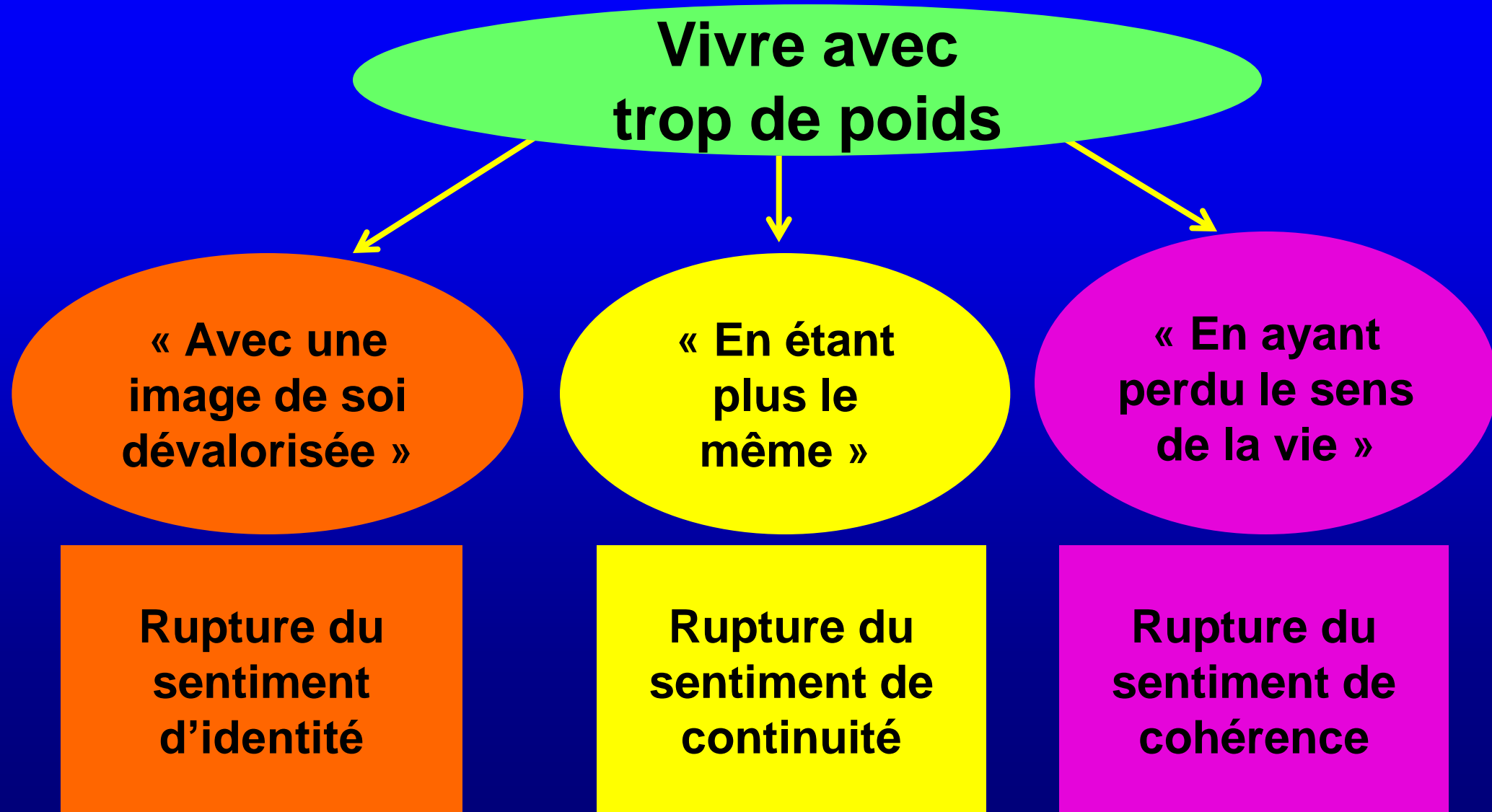
Ecouter les conceptions du patient pour les faire évoluer





**La perte de pouvoir
du patient obèse
et son empowerment**

Perte de pouvoir du patient obèse



Empowerment 1^{er} niveau

Un sentiment de maîtrise
face à son état

Se forcer

- A respecter ses engagements
- Maintenir un rythme de vie

**Protéger
son image
de soi**

- Cacher son malaise
- Sur-compenser

**Expliquer sa
maladie**

- Chercher des compensations
- Chercher un sens à la maladie

Empowerment 2^{ème} niveau

**Mener une
nouvelle vie
dans un nouveau
cadre, avec de
nouvelles
ressources**

Changer ses habitudes

**Capacité de
reconnaître et
accepter qu'il y a
des choses qui
échappent à
toute possibilité
de contrôle**

*Travailler ses troubles
du comportement*

« Devenir autrement le même »

« Autrement »

« le même »

Du aux
changements
rendus
nécessaires par
la maladie

Nécessité vitale
d'avoir un
sentiment de
cohérence et de
continuité

Pour avoir une
identité
réconciliée

Bensaïd



L'Education Thérapeutique du Patient obèse

**Permet non seulement
de le faire maigrir mais
aussi de le faire grandir**

**de devenir
autrement le même**

© Christophe Suarez

Attitude du soignant



De la communication à l'attitude

Communication

Relation

Attitude

Physique

Intellectuelle

Emotionnelle

Spirituelle

Acceptation

Respect

Confiance

Compassion

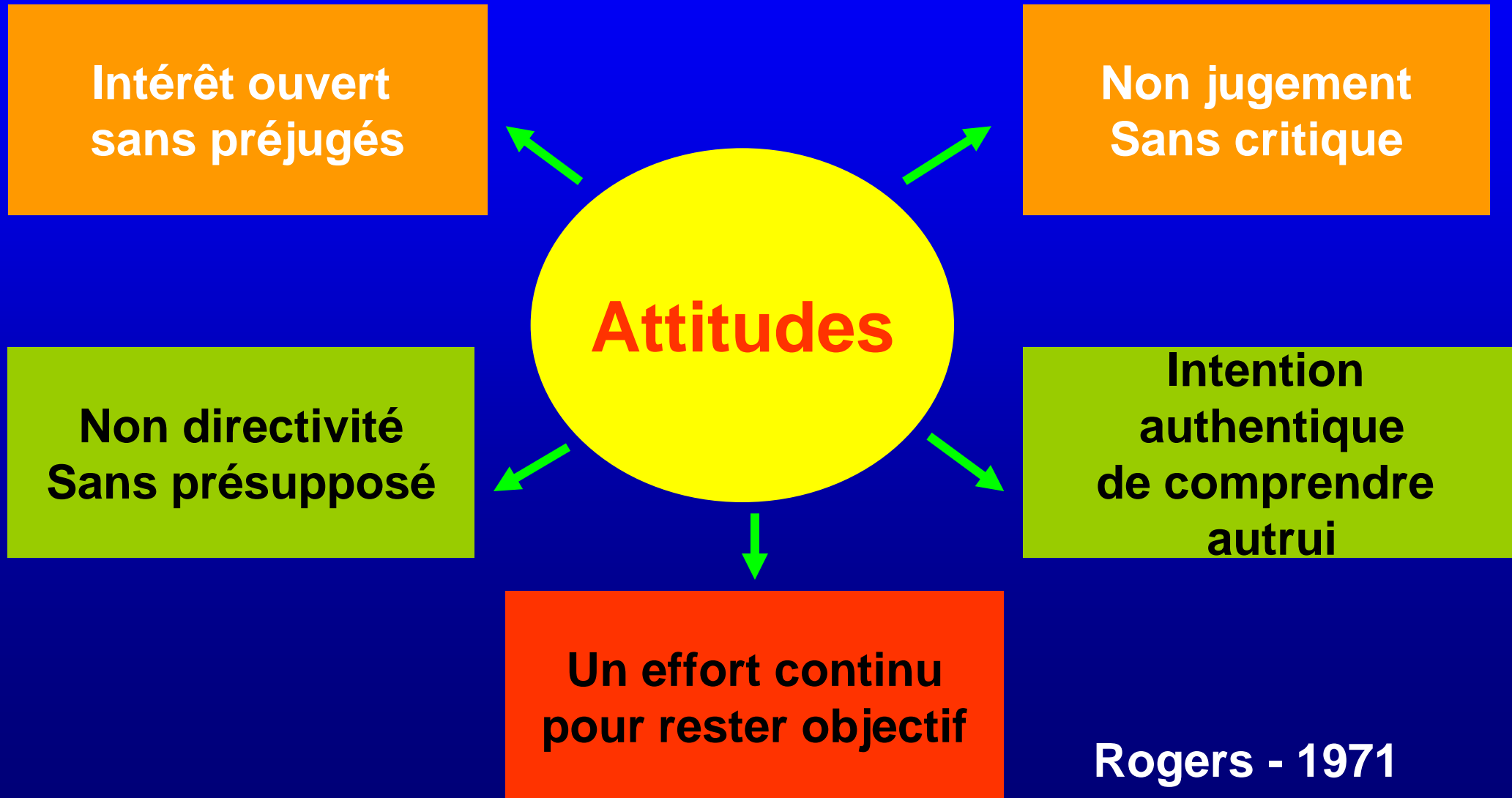
Empathie

Respect

Enthousiasme

Authenticité

Entretien centré sur le patient



Les 4 attitudes de l'entretien motivationnel

Exprimer de l'empathie

Rouler avec la résistance

Développer les divergences

Support pour l'auto-efficacité

Comment motiver un patient

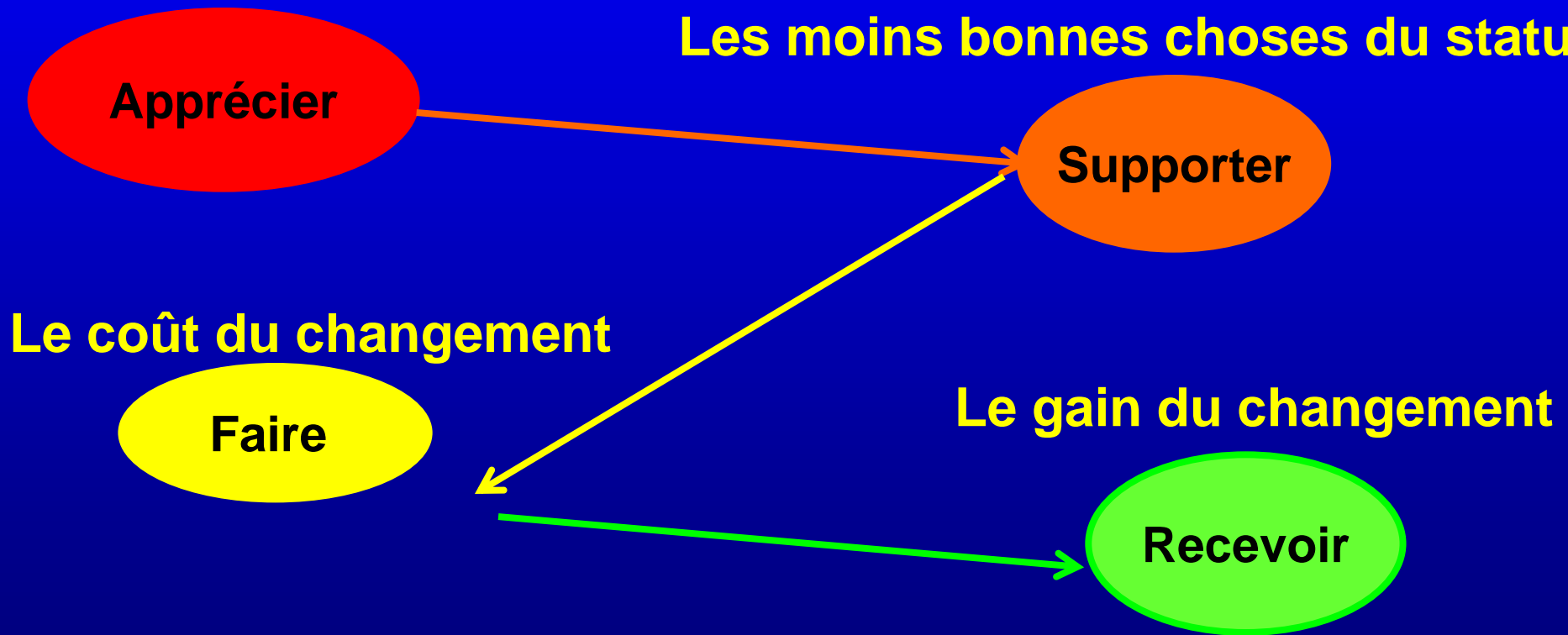


Développer les divergences Slalom de l'ambivalence

Si vous ne faites pas de changements alimentaires

Les bonnes choses du statu quo

Les moins bonnes choses du statu quo



Si vous faites des changements alimentaires

L'ambivalence du patient

- Quel degré d'importance donnez-vous ... ?
- Quel degré de confiance avez-vous ... ?
- Quel degré de certitude avez-vous pour commencer ?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Pas
confiant

Extrêmement
confiant

Discours changement

Discours préparatoire

Discours de mobilisation

(Pré-) Contemplation

Préparation

Action

Discours préparatoire

Importance

Désir

J'aimerais...

Raison

Si je change...

Besoin

**Je dois
absolument car...**

Confiance

Capacité

**Je me sens
capable**

Discours de mobilisation

Engagement

« Je vais téléphoner au fitness... »

Action

« Je vais faire... »

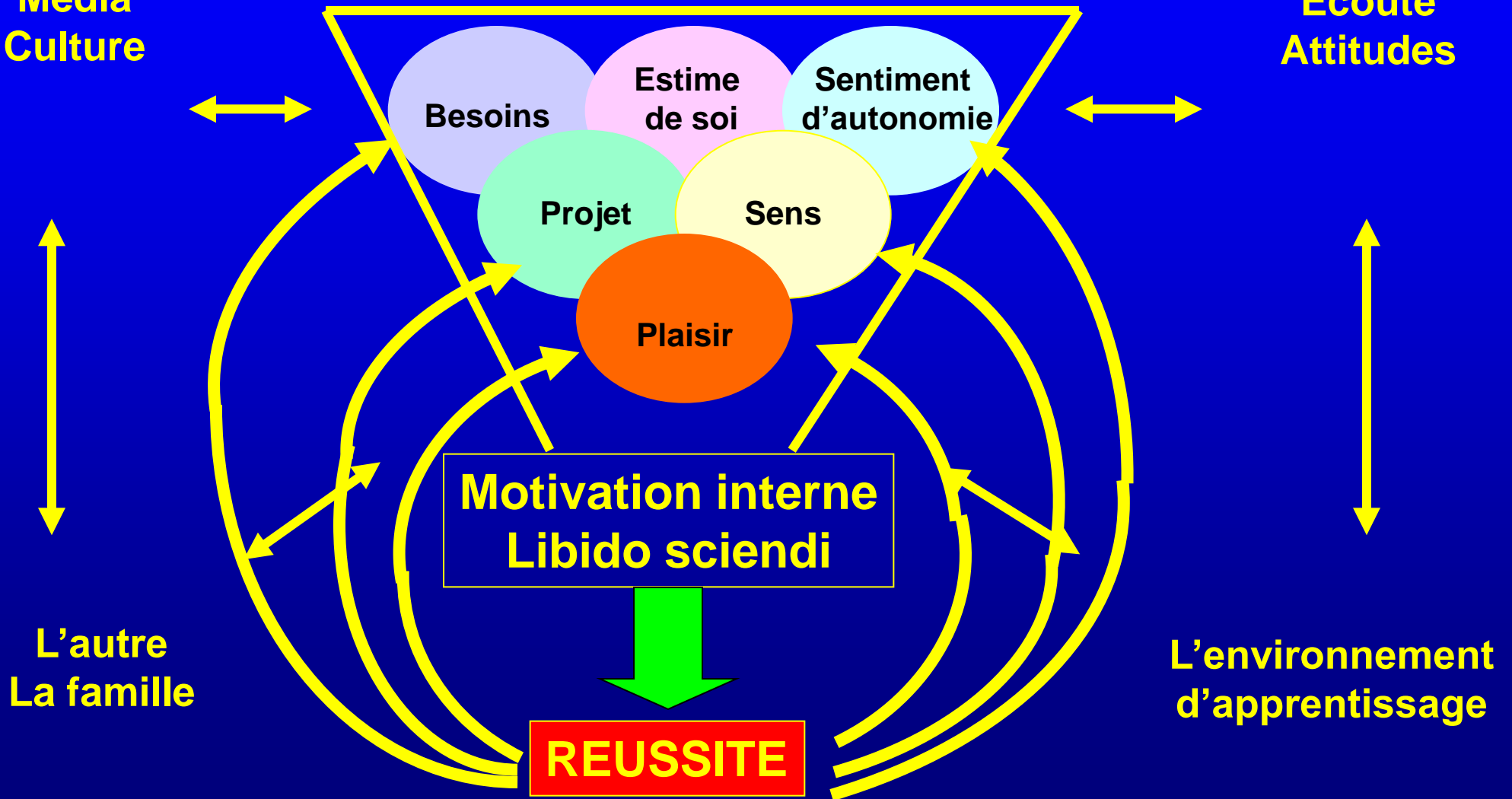
**Formuler
des étapes**

« Je vais d'abord... et ensuite »

L'environnement motivationnel

Société
Média
Culture

Les soignants
Ecoute
Attitudes



Résumé

- **Approche centrée sur le patient, l'individu**
- **Transmettre des connaissances, compétences**
- **Ecouter les croyances du patient pour les faire évoluer**
- **L'accompagner dans son apprentissage, dans son vécu**
- **Le faire grandir, être autrement le même**
- **Renforcer même des petits succès, utiliser ses difficultés**
- **Travailler avec l'ambivalence, faire avec sa résistance**
- **Repérer le discours changement**
- **Susciter des motivations internes**

Merci à tous mes collaborateurs



Alain.Golay@hcuge.ch

<http://setmc.hug-ge.ch>