



2<sup>e</sup> JOURNÉE RÉGIONALE  
D'ÉDUCATION  
THÉRAPEUTIQUE  
DU PATIENT

SE COMPRENDRE  
S'ACORDER

9 décembre 2014  
Espace Port-Beaulieu  
Nantes

# « Oui, mais ... » entre résistance et motivation

**Lennize Pereira-Paulo**

Chargée de projet ETP à CommentDire  
et chargée de cours à l'UPMC - Paris 6

**Christelle Durance**

Ingénieure ETP, UTET du CHU d'Angers



- LA MACHINE À MOTIVATION - BICOOP.06.

Pour vous, la motivation, c'est quoi ?



*Une idée, un mot ou une expression  
par Post-It*

### Mise en situation par les animateurs



et discussion avec le groupe



On ne peut motiver quelqu'un à sa place ... on peut juste créer un cadre favorable pour l'aider à trouver et construire sa motivation !

« Oui, mais ... »

---

Avoir envie de changer, être conscient du besoin de changer, vouloir changer, ne suffisent pas forcément pour changer de comportement.

La motivation nécessite la réunion de trois conditions :

- Avoir envie
- Faire confiance dans ses capacités
- Se sentir prêt

## « Oui, mais ... »

---

### Exemple :

Jacques est un gros fumeur et est parfaitement conscient des risques pour sa santé. Malgré tous ses efforts, il ne parvient pas à arrêter de fumer ... parce que « en griller une » lui permet de passer le temps quand il s'ennuie.

Une partie de lui est consciente du risque : **veux arrêter**

Une autre partie aime la fonction de la cigarette : **ne veut pas l'arrêter**

### L'ambivalence :

- est normale
- est souvent confondue avec la négation ou le déni
- doit être explorée et non confrontée

Tenter de convaincre quelqu'un de faire quelque chose à souvent l'effet contraire

## Résistance au changement

« On ne décide pas de s'engager dans des changements dans sa vie si on est dirigé ou conseillé par des gens qui pensent à notre place, nous disent ce qu'il faut faire, ne croient pas en nous et ne cherchent pas à comprendre notre monde, de notre point de vue. » (Tourette-Turgis)

L' étymologie du mot « motivation » : du latin *movere* : se déplacer  
(début et source de tout mouvement)

Approche motivationnelle (Miller et Rollnick, 2002):

- La motivation est intrinsèque
- La motivation est fluctuante et dynamique
- Elle se génère et se maintient sous certaines conditions
- Le style de l'intervention aura un impact sur la motivation ou renforcera la résistance chez le sujet malade ou en soin

# Bibliographie recommandé

---

- Fortini C., Daeppen J-B. (2010). *Comment aider mes patients à changer leurs comportements liés à la santé ?*, Cemcav-CHUV, Lausanne.
- Miller W.R., Rollnick S. (2002). *L'entretien motivationnel – Aider la personne à engager le changement – 2ème édition- 2013*(Trad. P. Michaud et D. Lécallier), InterEditions, Paris.
- Rollnick S., Miller W.R., Butler C.C. (2009). *Pratique de l'entretien motivationnel, communiquer avec le patient en consultation*, InterEditions, Paris.
- Tourette-Turgis C. (2007). *La consultation d'aide à l'observance des traitements de l'infection à VIH*, Comment Dire, Paris.
- Tourette-Turgis, C. (2010). Savoirs de patients, savoirs de soignants : La place du sujet supposé savoir en éducation thérapeutique. *Revue Pratiques de formation/ Analyses*, 58-59, 137-153.
- Tourette-Turgis, C. (2013). L'effet Framingham en éducation thérapeutique : de l'enquête épidémiologique à l'enquête sur soi. *Sciences Sociales et Santé*, 31, 2, 31-38.

« Oui, mais ... »

---

**Partage de situations autour de la motivation  
et discussion sur la gestion de ces situations**

# Questionnaire

---





MERCI

de votre attention  
et de votre participation

Lennize Pereira-Paulo - [lennizepereirapaulo@yahoo.fr](mailto:lennizepereirapaulo@yahoo.fr)

Christelle Durance - [christelle.durance@chu-angers.fr](mailto:christelle.durance@chu-angers.fr)