EFS

EXPERTISE, FORMATION & STRATÉGIES

Psychologie • Neurosciences • Organisations

FORMATIONS
CONSEIL
ACCOMPAGNEMENT

SANTÉ - MÉDICO-SOCIAL
ÉDUCATION - INSTITUTIONS
ENTREPRISES - COLLECTIVITÉS

L'entretien motivationnel accompagner le changement

Une posture collaborative pour favoriser l'engagement, soutenir l'autonomie et accompagner les processus de changement.



- DES REPÈRES CLAIRS ET ACCESSIBLES
- DES EXERCICES PRATIQUES ET DES MISES EN SITUATION
- UNE APPROCHE BASÉE SUR LES DONNÉES PROBANTES
- DES OUTILS TRANSFERABLES AU QUOTIDIEN PROFESSIONNEL
- UNE DÉMARCHE FAVORISANT L'AUTONOMIE ET LE POUVOIR D'AGIR

Ecouter
Comprendre
Soutenir
Faire émerger le changement



PUBLIC CONCERNÉ

Professionnels du secteur sanitaire, médico-social, social, éducatif, entreprises, collectivités et services publics.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre les principes et processus de l'entretien motivationnel
- Développer une posture professionnelle collaborative
- Accompagner les personnes dans leurs ambivalences
- Renforcer l'autonomie, la motivation et la capacité au changement

EFS – Expertise, Formation & Stratégies
Mathieu Ricarrère – Psychologue clinicien, formateur
31, rue Bayard – 64000 Pau | 06 63 51 88 36 | m.ricarrere@live.fr | www.efs-formation.fr

Programme de la formation

« Accompagner le changement, c'est croire en la capacité de chacun à trouver ses propres solutions. »

01 LES FONDEMENTS DE L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

- Les principes et l'esprit de la démarche
- Les données probantes et le champ d'application
- Les quatre processus clés (engagement, focalisation, évocation, planification)

02 COMPRENDRE L'AMBIVALENCE ET LE PROCESSUS DE CHANGEMENT

- Les mécanismes de l'ambivalence
- Le modèle transthéorique du changement
- Repérer et explorer les discours de changement
- Identifier les résistances et les leviers de motivation

03 LES COMPÉTENCES DE BASE DE LA POSTURE MOTIVATIONNELLE

- L'écoute réflexive et la reformulation
- Les questions ouvertes
- La valorisation et le renforcement de l'auto-efficacité
- L'empathie et la collaboration

04 OUTILS ET TECHNIQUES D'ENTRETIEN

- Explorer l'ambivalence (balance décisionnelle)
- Élaborer et renforcer le discours de changement
- Gérer les situations difficiles et les blocages
- Intégrer l'entretien motivationnel dans sa pratique professionnelle

05 MISE EN PRATIQUE ET PLAN D'ACTION

- Jeux de rôle et mises en situation
- Analyse de situations réelles
- Élaboration d'un plan d'action personnalisé
- Évaluation des acquis et perspectives de transfert

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques et repères scientifiques
- Exercices pratiques et mises en situation
- Analyse de situations professionnelles
- Échanges de groupe et co-construction
- Support pédagogique remis aux participants

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation des acquis en cours de formation
- Mises en situation et retours d'expérience
- Bilan collectif et auto-évaluation

DURÉE ET ORGANISATION

Durée et modalités adaptables aux besoins de votre établissement (1 à 3 jours).
Programme et devis sur demande.

LES + DE LA FORMATION

- Une approche concrète et participative
- Des outils immédiatement mobilisables
- Une adaptation aux réalités du terrain
- Une amélioration de la qualité de l'acompagnement
- Une dynamique collective et bienveillante

Motiver
Accompagner
Soutenir
Avancer ensemble

EFS

EXPERTISE, FORMATION & STRATÉGIES

Psychologie • Neurosciences • Organisations

31, rue Bayard – 64000 Pau
06 63 51 88 36 | m.ricarrere@live.fr
www.efs-formation.fr

N° de déclaration d'activité : 75464 070864
auprés de la DREETS Nouvelle-Aquitaine | SIRET : 898 036 746 00014