



# Les abrégés de recherche RISQ

## Traitement de la dépendance aux substances psychoactives Trois modèles motivationnels

Il y a plus de 25 ans, les bases de l'entretien motivationnel ont été posées, engendrant de nouvelles applications dans l'intervention en matière de dépendance. Afin de mieux comprendre leurs mécanismes d'efficacité, les auteurs de cet article se sont penchés sur trois modèles d'inspiration motivationnelle dans le traitement de la dépendance aux substances psychoactives (SPA) et en ont fait ressortir les similitudes et les différences.

Tremblay, J. & Simoneau, H. (2010). Trois modèles motivationnels et le traitement de la dépendance aux substances psychoactives. *Drogues, santé et société*, 9(1), 165-210.

### Fondements

L'entretien motivationnel a fait l'objet de plusieurs études et articles en plus de susciter de l'intérêt chez les cliniciens et les thérapeutes. L'approche est largement diffusée notamment pour le traitement de la dépendance aux SPA. Pour améliorer l'efficacité de ces approches, il serait important de comprendre leurs mécanismes.

### Objectifs et méthodologie

Sélectionnés en raison de leur application dans le champ du traitement de la dépendance aux SPA, le modèle de l'entretien motivationnel, la théorie de l'autodétermination et la théorie des préoccupations actuelles ont été étudiés à partir de leurs assises conceptuelles et leurs principes cliniques. Une brève recension des études d'efficacité de ces modèles en matière de traitement de la dépendance aux SPA a également été réalisée. Les trois modèles/théories ont par la suite été comparés afin d'estimer leurs similitudes et leurs complémentarités.

### Faits saillants

- Très répandu dans le champ de l'intervention, l'entretien motivationnel favorise la sortie de l'ambivalence et vise à faire progresser la personne vers les stades d'un traitement actif. Le temps lui étant consacré est habituellement court (100 minutes). Une dose plus importante de traitement (de 3 à 5 heures) serait plus bénéfique qu'une dose plus faible (1 heure). Utilisé au début d'un programme de traitement, il favoriserait la rétention en traitement. Sans être plus efficace que différents traitements reconnus, il est plus efficace que l'absence de traitement ou qu'un placebo. Il favoriserait la réduction des comportements associés au risque de contracter le VIH.
- La théorie de l'autodétermination postule que l'être humain a des besoins fondamentaux expliquant la motivation, dont les besoins d'être en relation, d'autodétermination et de compétence. Les individus peuvent posséder un niveau de motivation qui diffère tant au plan quantitatif (quantité de motivation) que qualitatif (type de motivation : intrinsèque, extrinsèque et amotivation). Les concepts issus de la théorie de l'autodétermination sont associés ou prédisent certains comportements avant l'entrée en traitement (tentatives de réduction, intérêt envers le traitement), pendant le traitement (implication, assiduité) et après le traitement (diminution du taux de rechutes).

- La théorie des préoccupations actuelles et le counseling motivationnel systématique qui en découle cherchent également à comprendre les motivations fondamentales du comportement humain. Cette théorie stipule que l'être humain cherche à accomplir des buts fondamentaux, comme l'intimité et la recherche du soutien d'autrui dans l'accomplissement de ses buts, la recherche de cohérence entre ses buts et ses valeurs, etc. Selon cette théorie, le changement de comportement se fait par un changement de buts et d'orientation cognitive. Quant au counseling motivationnel systématique, il vise à modifier les fondements motivationnels, par exemple, de la consommation problématique de SPA. Les résultats semblent démontrer que lorsqu'une personne surconsomme de l'alcool, elle porte plus attention aux stimuli reliés à ce but. L'entraînement à la réduction de ce biais semble favoriser une diminution de la consommation d'alcool. Les toxicomanes en désintoxication ayant une meilleure structure motivationnelle présentent moins de négation de leurs problèmes et sont plus motivés à changer que ceux ayant une structure motivationnelle inadaptée.

## Conclusions

Les trois élaborations théorico-cliniques sont complémentaires. L'entretien motivationnel propose des stratégies d'intervention alors que les théories de l'autodétermination et des préoccupations actuelles offrent des cadres conceptuels et mettent de l'avant des stratégies complémentaires d'intervention. L'entretien motivationnel pourrait être une excellente approche préparatoire au counseling motivationnel systématique. Les trois théories/modèles ne présentent pas d'opposition et leur meilleure intégration à la pratique clinique en alcoolisme et toxicomanie est souhaitable.

## Pour en savoir plus

Miller, W.R. (1983). Motivational Interviewing with problem drinkers. *Behavioural Psychotherapy*, 11, 147-172.

Miller, W.R. (1995). Increasing motivation for change. Dans R.K. Hester (dir.), *Handbook of Alcoholism Treatment Approaches: Effective Alternatives*, 2<sup>nd</sup> ed. (p. 89-104). Boston, MA : Allyn & Bacon.

Miller, W.R. & Rollnick, S. (2002). *Motivational Interviewing: Preparing People for Change*, 2<sup>nd</sup> ed. New York : Guilford Press.

Miller, W.R. & Rollnick, S. (2006). *L'entretien motivationnel : Aider la personne à engager le changement*. (Traduction de D. Lécaillier & P. Michaud). Paris : Inter-Éditions.

Ryan, R.M. & Deci, E.L. (2000). Self-Determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.

## Mots-clés

- / entretien motivationnel
- / théorie de l'autodétermination
- / théorie des préoccupations actuelles
- / counseling motivationnel systématique
- / alcoolisme
- / toxicomanie
- / adultes

## Personne-ressource

- / Joël Tremblay / Professeur /
- / Département de psychoéducation /
- / Université du Québec à Trois-Rivières /
- / Tél. : 418 659-2170, poste 2820 / joel.tremblay@uqtr.ca