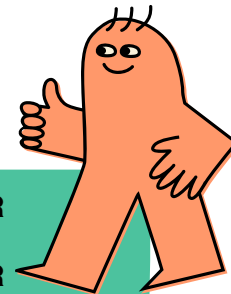


L'entretien motivationnel en groupe



L'OU • V • E • R • DOD Les compétences relationnelles

Question OUVERTE

- Elle favorise la réflexion et l'expression
- Questionner le groupe comme une entité

VALORISATION

- Elle renforce le sentiment d'efficacité personnelle et l'estime de soi
- Valoriser les forces du groupe et les interactions dans le groupe

ÉCOUTE réflexive

- Elle permet d'exprimer son empathie
- Elle crée des liens entre les participant.e.s
- Refléter les émotions, les valeurs, l'ambivalence du groupe, les similitudes entre les participant.e.s

RÉSUMÉS

- Faire des liens entre ce qui lie les participant.e.s
- Relever les arguments en faveur du DC

DEMANDER OFFRIR DEMANDER

- Il élargit la réflexion en groupe sur la situation travaillée
- Il donne un menu d'options
- Il utilise l'intelligence collective

ENGAGER LE GROUPE

Pré-groupe :

- Mener des entretiens préparatoires individuels
- Expliquer les objectifs du groupe et vérifier la concordance avec les objectifs individuels
- Présenter les règles du groupe
- Explorer les expériences antérieures de groupe
- Présenter l'intervenant.e de groupe et le lieu de rencontre

En groupe :

- Mettre en place l'esprit EM
- Accueillir, sécuriser
- Découvrir les règles et normes du groupe
- Encourager les interactions entre participant.e.s
- Lister les attentes du groupe
- Identifier l'ambivalence du groupe face au changement
- Créez le «NOUS»
- Choisir en groupe une cible commune pour le groupe

Activités cliniques :

- Brise-glace
- Co-construire la charte du groupe (bulle de confort)
- Identifier les objectifs des participant.e.s et les relier au but du groupe

EXPLORER LES POINTS DE VUE/SITUATIONS

En groupe :

- Renforcer la cohésion du groupe
- Découvrir le changement souhaité de chaque participant.e du groupe
- Approfondir les interactions dans l'exploration de leurs situations et comparer les points de vue individuels
- Identifier les aspects communs qui les réunissent

Pour y parvenir, la personne facilitatrice doit être capable de :

- Adopter une approche centrée sur la personne et le groupe
- Se concentrer sur le positif
- Amener le groupe dans l'ici et maintenant

Activités cliniques :

- Explorer en groupe : La vie quotidienne et les habitudes
- Explorer en groupe l'ambivalence face au changement
- Utiliser les échelles de Rollnick pour évaluer l'ambivalence
- Explorer en groupe les valeurs

ÉLARGIR LES PERSPECTIVES ET FAVORISER L'ÉLAN

En groupe :

- Explorer en groupe l'importance et la confiance dans le changement
- Examiner en groupe de nouvelles possibilités, laisser l'espoir émerger
- Prendre en considération les points de vue des autres participant.e.s

Pour y parvenir :

- Focaliser les discussions autour des aspects positifs
- Inciter le groupe à regarder vers l'avenir
- Développer des divergences entre les comportements actuels et les valeurs
- Donner de l'espoir (futur idéal)
- Refléter le pouvoir du groupe
- Évoquer le discours de changement du groupe

Activités cliniques :

- Évaluer et offrir de la rétroaction au groupe
- Regarder vers le futur en groupe
- Utiliser les échelles de Rollnick en groupe
- Explorer les extrêmes en groupe
- Considérer les sources de soutien et les forces des participant.e.s
- Partager les succès du passé en groupe
- Explorer en groupe les valeurs

PROGRESSER VERS L'ACTION

En groupe :

- Partager des points de vue, d'autres possibles en groupe, élargir les horizons
- Amener le discours-changement du groupe vers l'action
- Planifier les changements considérés pertinents par les participant.e.s dans l'amélioration de leur qualité de vie(changement concret répondant au critère de qualité des objectifs SMART)

Activités cliniques :

- Se servir des échelles de Rollnick pour mesurer l'importance et la confiance du groupe et des participant.e.s
- Explorer en groupe les changements hypothétiques/ regarder en avant
- Planifier le changement en s'aidant entre participant.e.s
- Enrichir en groupe le répertoire de moyens de chaque participant.e.s
- Renforcer l'engagement du groupe au changement
- Apprendre des autres participant.e.s
- Planifier la fin du groupe (si groupe fermé) ou un départ d'une personne du groupe (si groupe ouvert)

* L'ESPRIT DE L'E.M

