

Un peu de théorie

Les approches utilisées dans ces exercices rejoignent l'**approche de la relation d'aide** (écoute active, empathie, congruence, regard positif et inconditionnel...).

Bref toutes ces compétences que vous possédez déjà !

En effet, la motivation au changement de comportement dépend de multiples facteurs, par exemple l'importance que la personne accorde à ce changement, ou encore la confiance qu'elle a en sa capacité à changer.

Cette approche centrée sur la personne va influencer la relation entre professionnel et patient, cette relation établie va pouvoir contribuer à nourrir l'état de motivation.

Finalement, les connaissances sur le produit (ici le tabac), ne constituent qu'un élément du puzzle du processus de changement de comportement. Tout le monde peut donc participer à ce processus !



Pour étudier encore plus ces questions, quelques exemples de ressources :

- Pour en savoir plus sur la motivation : « guide pratique santé mentale : comprendre ma motivation avec la théorie de l'autodétermination tome 1 », CREHPSY ([disponible en ligne](#))
- Pour en savoir plus sur l'approche motivationnel : « L'entretien motivationnel – Aider la personne à engager le changement – 2ème édition » William R. Miller / Stephen Rollnick
- Pour en savoir plus sur les modèles de changement de comportement : « Psychologie de la santé. Concepts, méthodes et modèles ». Bruchon-Schweitzer, Marilou, et Émilie Boujut. Dunod, 2021

Représentation et Légitimité

Rappelez-vous une situation d'échange agréable, confortable, positive que vous avez vécu avec une personne concernant une situation / un questionnement

qu'elle pouvait rencontrer

Qu'est ce qui s'est passé ? Rappelez-vous les différentes « étapes » de cet échange, comment est-ce que cela s'est déroulé ?

Réponse :

Qu'est ce qui a rendu cet échange agréable ?

Réponse :

Quelle était votre position vis-à-vis de votre interlocuteur dans cet échange ?

Réponse :

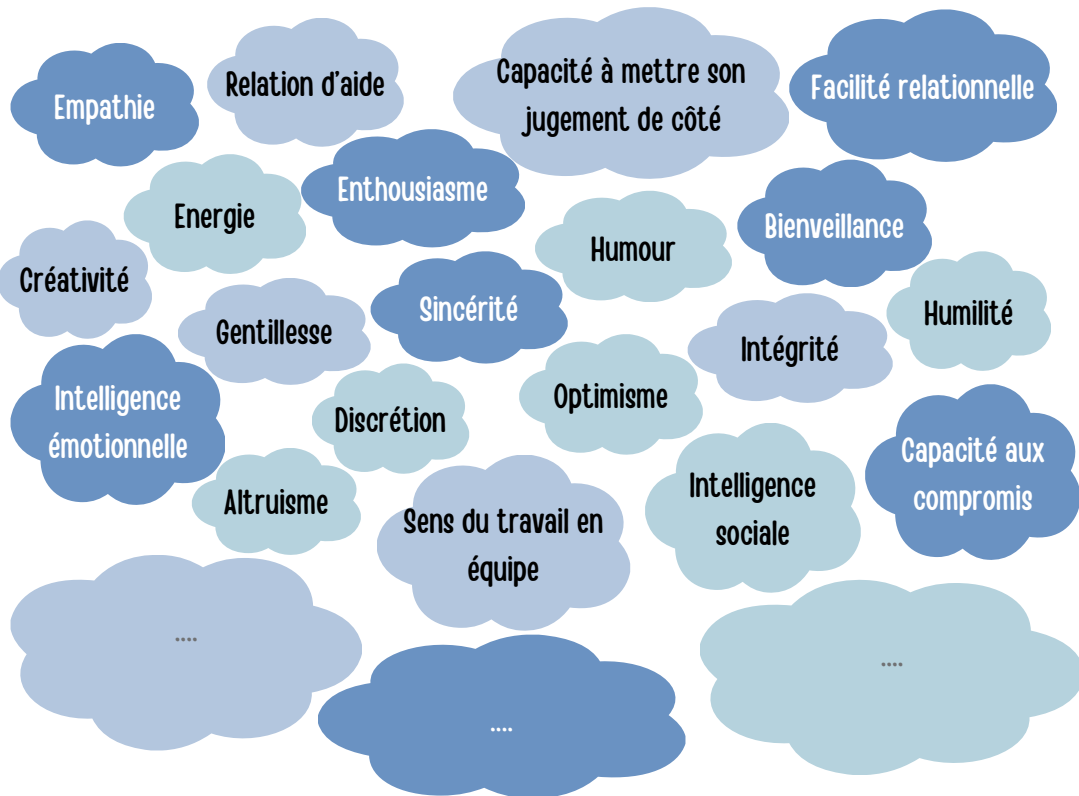
Qu'est ce qui a rendu cet échange possible ?

Réponse :

Quelles qualités avez-vous mobilisé pendant cet échange ?

Entourez les qualités, atouts que vous pensez avoir mobilisé durant cet échange :

Vous pouvez aussi rajouter des qualités non citées dans les espaces vides



Selon vous, en quoi ces qualités vous semblent utiles lors d'un échange avec un • e patient • e sur sa consommation de tabac ?

.....

.....

.....

.....

.....

Ces qualités sont utiles pour accompagner une personne à réfléchir sur ses habitudes de vie, sur ses consommations.

A présent, voici deux situations / exemples de profils de personne soignante



Laura est Infirmière, elle travaille aux urgences. Elle a 34 ans, est non fumeuse et aborde systématiquement la consommation de tabac dans son recueil de données avec les patient.e.s

Quels sont ses atouts pour aborder la question du tabac ?

.....

.....

.....

.....



Laura est Infirmière, elle travaille aux urgences. Elle a 34 ans, est fumeuse et aborde systématiquement la consommation de tabac dans son recueil de données avec les patient.e.s

Quels sont ses atouts pour aborder la question du tabac ?

.....

.....

.....

.....

Et vous, dans votre pratique, comment pourriez vous aborder avec les personnes la question du tabac ?

.....

.....

.....

.....

