

Entretien motivationnel en kinésithérapie

Thierry BLAIN

Mentions Légales

Titre du livre : Entretien Motivationnel

Auteur : Thierry BLAIN

Code ISBN : 9798854827515

Marque éditoriale : Independently published

Le code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon, aux termes des articles L.335-2 et suivants du code de la propriété intellectuelle.

Le téléchargement, la numérisation et la distribution de ce livre, sous quelque forme ou moyen, y compris l'électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou autre sans l'autorisation du détenteur du droit d'auteur sont illégaux et punis par la loi. Veuillez acheter uniquement des éditions autorisées de cette œuvre et ne participez ou n'encouragez pas le piratage. Votre soutien au travail de l'auteur est apprécié.

© AOUT 2023, Ardennes, France

DÉDICACE

À ma famille,

Cet ouvrage est le fruit de ma passion pour mon métier et pour l'amélioration de la qualité de la relation thérapeutique . Si je consacre autant de temps et d'énergie à mes patients et mes collègues en formation, c'est aussi grâce à vous et à votre soutien indéfectible.

Je sais que mon travail m'a souvent accaparé, parfois au détriment de notre vie de famille. Je vous remercie pour votre patience et votre compréhension durant toutes ces années.

C'est à vous que je dédie ce livre, en témoignage de mon amour et de ma reconnaissance. J'espère qu'il contribuera, à son humble mesure, à un monde où la relation entre soignants et patients sera plus humaine, plus attentive et plus bienveillante.

Merci d'avoir toujours été là pour moi. Ce livre n'existerait pas sans vous.

PREFACE

Sans participation active du patient il n'y a pas de rééducation efficace.

Quelle que soit la pathologie, qu'il s'agisse d'une ligamentoplastie du LCA, d'une pose de prothèse de hanche ou dans les suites d'un AVC, les soins de kinésithérapie nécessitent l'implication quotidienne du patient dans sa rééducation.

C'est bien sûr l'une des clés du succès.

Au fil des années, j'ai eu l'opportunité de collaborer avec de nombreux kinésithérapeutes. L'un d'entre eux, Thierry Blain, s'est particulièrement démarqué par son expertise, son profond respect des patients et sa volonté d'aller au-delà des simples gestes techniques.

On dit communément que le kinésithérapeute est la pierre angulaire de la prise en charge rééducative. Cela lui donne des droits, à chaque instant, dans les soins à apporter, la proposition des exercices à réaliser, leur intensité et leur fréquence, le type d'appareil à utiliser. Mais cela lui confère aussi des devoirs, comme celui d'être à l'écoute de son patient et d'échanger tout simplement sur la meilleure attitude à adopter face à la pathologie, à chaque instant de sa rééducation.

Dans cet ouvrage passionnant, Thierry nous fait découvrir une approche résolument moderne et humaniste de la kinésithérapie, centrée sur la motivation profonde du patient. À travers des exemples concrets et didactiques, il nous démontre comment la pratique de l'entretien motivationnel permet d'impliquer davantage le patient dans sa thérapie, d'augmenter son observance et sa participation active au traitement.

Ce livre arrive à point nommé alors que la kinésithérapie cherche à se réinventer, pour devenir une discipline préventive, éducative et scientifique.

Grâce à une écoute bienveillante et une communication habile, le thérapeute peut devenir un véritable coach de santé, et faire adhérer le patient à un mode de vie plus sain.

Thierry Blain a le mérite de rappeler le rôle du kinésithérapeute dans la prise en charge de ses patients et sa dimension humaine. De sa relation même avec le patient dépendra l'efficacité de la rééducation.

Je ne peux que recommander vivement la lecture de cet ouvrage novateur, qui saura inspirer les kinésithérapeutes en quête d'approfondissement, mais également tous les soignants désireux de donner une dimension supplémentaire à la relation thérapeutique. Permettre au patient d'être acteur de sa santé est certainement la clé pour une médecine moderne et humaine.

Docteur Franck Le Gall

Médecin de l'Équipe de France de Football

TABLE DES MATIÈRES

Démarrez l'aventure motivationnelle.....	1
Feuilletez ce guide et transformez votre pratique.....	3
Les origines d'une approche révolutionnaire (Miller et Rollnick).....	7
Motivation intrinsèque versus extrinsèque : les clés de l'engagement.....	9
Renforcez l'efficacité de vos traitements grâce à cette approche.....	15
Le processus du changement dévoilé (Modèle de Prochaska et Di Clémente).....	19
L'entretien motivationnel décrypté : empathie, collaboration, évocation, autonomisation.....	23
L'ambivalence : phénomène normal à explorer.....	43
Prenez du recul avec la balance décisionnelle.....	49
Résistances : transformez les obstacles en tremplins.....	55
Donnez un sens au changement.....	61
Maîtrisez l'art de l'écoute réflexive.....	65
Questions ouvertes pour favoriser l'expression et l'introspection.....	69
Valorisation et renforcement positif : les clés de la réussite.....	77
Désamorcez les résistances par une communication adaptée.....	83
Bienveillance et acceptation pour une alliance renforcée.....	91
Co-construction et respect des choix.....	97
Autonomisation : révélez le potentiel de vos patients.....	103
Explorez les objectifs et valeurs personnelles du patient.....	109
Intégrez l'entretien motivationnel dans votre quotidien.....	115
Osez les actes hors convention grâce à cette approche.....	119
Nos 10 outils clés pour la pratique.....	127
Agissez au quotidien grâce à ces techniques.....	129
Entraînez-vous et devenez un pro de la motivation.....	133
À propos de l'auteur.....	137

Démarrez l'aventure motivationnelle



Bienvenue dans les pages de ce livre dédié à l'Entretien Motivationnel en kinésithérapie. Vous tenez entre vos mains une ressource puissante qui vous guidera vers de nouveaux horizons thérapeutiques et qui transformera votre approche en tant que professionnel de la rééducation

L'Entretien Motivationnel est bien plus qu'une simple technique de communication, c'est une approche qui se concentre sur la motivation intrinsèque du patient et qui favorise son autonomisation dans son processus de guérison. En l'intégrant dans votre pratique, vous serez en mesure de développer une relation thérapeutique solide et de maximiser les résultats pour vos patients.

Ce livre explore les fondements de l'Entretien Motivationnel, les origines et l'évolution de cette approche, ainsi que son application spécifique dans le

domaine de la kinésithérapie. Vous découvrirez comment cette approche peut véritablement transformer la rééducation et ouvrir des possibilités infinies pour le rétablissement complet de vos patients.

Vous apprendrez les techniques et outils spécifiques de l'Entretien Motivationnel, tels que l'écoute active, les réflexions récapitulatives, l'élicitation des motivations, et bien plus encore. Vous découvrirez comment cultiver une alliance thérapeutique solide avec vos patients, favorisant ainsi l'engagement et la motivation.

Ce livre vous fournira également des conseils pratiques pour surmonter les obstacles à la motivation et renforcer l'engagement du patient sur le long terme. Vous comprendrez comment adapter votre approche en fonction des besoins et des motivations uniques de chaque individu.

Que vous soyez un kinésithérapeute en début de carrière ou un praticien chevronné, ce livre sera votre guide pour intégrer l'Entretien Motivationnel de manière efficace et bienveillante dans votre pratique. Préparez-vous à embrasser une approche centrée sur la motivation, l'autonomisation et la guérison, et à transformer la vie de vos patients grâce au pouvoir de l'Entretien Motivationnel en kinésithérapie.

Ensemble, nous allons cultiver la motivation, transformer la rééducation et ouvrir la voie à un rétablissement complet et durable pour chaque individu que vous accompagnerez sur ce chemin de guérison.

Feuilletez ce guide et transformez votre pratique

Félicitations pour avoir choisi ce livre ! Pour tirer le meilleur parti de votre expérience de lecture et d'apprentissage, voici un mode d'emploi détaillé pour vous guider tout au long du processus :

1. Préparation avant la lecture :

- Choisissez un endroit calme et confortable où vous pourrez vous concentrer sans distractions.
- Assurez-vous d'avoir suffisamment de temps devant vous pour lire et assimiler les informations.
- Prenez une posture confortable et gardez un esprit ouvert pour une meilleure réception des idées.

2. Parcours initial :

- Commencez par parcourir rapidement le livre pour vous familiariser avec sa structure et son organisation.
- Lisez la table des matières pour avoir une idée des chapitres et des sections clés.
- Lisez l'introduction pour comprendre les objectifs et les principales thématiques abordées dans le livre.

3. Lecture active :

- Pendant la lecture, gardez un crayon ou un stylo à portée de main pour souligner, surligner et prendre des notes dans les marges.
- Marquez les passages importants, les points clés, les concepts clés, les exemples pertinents, etc.
- Utilisez des signets ou des onglets pour marquer les pages importantes que vous souhaitez revisiter par la suite.

4. Prise de notes :

- À mesure que vous progressez dans votre lecture, prenez des notes pour résumer les principaux points abordés dans chaque chapitre.
- Identifiez les idées clés, les arguments principaux, les exemples concrets et les questions qui se posent.
- Vous pouvez utiliser une feuille de papier ou un carnet dédié pour organiser vos notes par chapitre ou par thématique.

5. Réflexion et assimilation :

- Après avoir terminé chaque chapitre ou section, prenez un moment pour réfléchir aux informations que vous venez de lire.
- Posez-vous des questions sur la pertinence des concepts pour votre situation, sur les liens avec vos connaissances préalables et sur les applications pratiques possibles.
- Assimilez les idées en les reliant à vos expériences personnelles et en envisageant comment les appliquer dans votre vie ou votre pratique.

6. Relecture et révision :

- Une fois que vous avez terminé la lecture du livre, prenez le temps de relire vos notes et les passages importants que vous avez marqués.
- Revoyez les concepts clés, les exemples et les idées pour renforcer votre compréhension et votre mémorisation.
- Identifiez les sections que vous souhaitez approfondir davantage et marquez-les pour une révision ultérieure.

7. Application pratique :

- Passez à l'action en mettant en pratique les idées et les enseignements du livre dans votre vie quotidienne ou votre pratique professionnelle.
- Identifiez les actions concrètes que vous pouvez entreprendre pour intégrer les nouvelles connaissances et les nouvelles compétences acquises.
- Suivez votre progression et ajustez vos actions en fonction des résultats obtenus.

8. Échanges et discussions :

- Partagez vos réflexions, vos questions et vos découvertes avec d'autres personnes intéressées par le sujet ;

- Rejoignez le groupe de discussion en ligne (sur Facebook : le groupe « Entretien Motivationnel kinésithérapie » <https://www.facebook.com/groups/entretienmotivationnelkine>), des clubs de lecture ou trouvez des partenaires d'apprentissage pour échanger et approfondir votre compréhension.

9. Réévaluation et réflexion ultérieure :

- Revenez régulièrement sur vos notes et réfléchissez à la manière dont les idées du livre continuent de résonner avec vous au fil du temps.

- Réévaluez et ajustez vos actions en fonction de votre expérience et de votre évolution personnelle.

En suivant ce mode d'emploi, vous serez en mesure de lire et d'apprendre de manière plus active et engagée. Assurez-vous de personnaliser ce processus en fonction de vos préférences et de vos objectifs spécifiques. Bonne lecture et bon apprentissage !

Les origines d'une approche révolutionnaire (Miller et Rollnick)

L'entretien motivationnel a été développé dans les années 1980 par les psychologues américains William R. Miller et Stephen Rollnick.

Il s'agit d'un style de conversation collaboratif visant à renforcer la motivation intrinsèque d'une personne et son engagement vers le changement. Cette approche se centre sur l'exploration et la résolution de l'ambivalence.

L'entretien motivationnel trouve ses fondements théoriques dans différents courants :

- La psychologie humaniste de Carl Rogers, dont il reprend les concepts d'empathie, de considération positive inconditionnelle et de tendance actualisante.
- Les théories de l'apprentissage social, notamment l'importance des sentiments d'auto-efficacité.
- Les modèles Trans théoriques du changement comme celui de Prochaska et Di Clémente.
- Les théories de la communication, avec une influence des travaux sur la dissonance cognitive de Festinger.

Au départ utilisé dans le traitement des addictions, l'entretien motivationnel a progressivement été appliqué à d'autres domaines comme le suivi des maladies chroniques ou la promotion de la santé.

Son efficacité a été démontrée scientifiquement, notamment pour renforcer l'observance des traitements. Cette approche fait aujourd'hui partie intégrante de la pratique médicale et paramédicale.