

ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

AU SERVICE DE
LA PROMOTION DE
L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

FORMATION

« *Qu'est ce qui empêche les gens de changer? C'est cette question qui amène souvent à s'intéresser à la motivation. Les personnels de santé, les formateurs, les psychologues, les travailleurs sociaux ressentent tous un jour la même frustration : il semble évident que ce que fait une personne est inefficace ou autodestructeur; on perçoit une meilleure solution, mais le sujet persiste dans son comportement...* »

L'Entretien Motivationnel, R. Miller, S. Rollnick

C'est pour **aider les professionnels et bénévoles d'associations** que la Mutualité Française Hauts-de-France propose cette formation.



HAUTS-DE-FRANCE
www.mutualite-hdf.fr

INFOS PRATIQUES



Objectifs

- COMPRENDRE LES ENJEUX DU CHANGEMENT DE COMPORTEMENT ET DE LA MOTIVATION
- COMPRENDRE / EXPÉRIMENTER LES BASES ET TECHNIQUES ET L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL
- SAVOIR TRANSFÉRER LES PRINCIPES DE L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL À LA CONDUITE D' ACTIONS DE PROMOTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE



Public

- PROFESSIONNELS DE SANTÉ ET DE LA PRÉVENTION
- TRAVAILLEURS SOCIAUX
- TOUTES PERSONNES SOUHAITANT CONDUIRE UNE ACTION DE PROMOTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE



Calendrier

4 JOURS (3 JOURS CONSÉCUTIFS ET 1 JOURNÉE PLUS TARD)

- SESSION 1: 12.13.14 ET 26 MARS À LILLE
- SESSION 2: 4.5.6 ET 18 JUIN À ARRAS
- SESSION 3: 10.11.12 ET 24 SEPTEMBRE À SAINT-QUENTIN



Intervenants

- YANN JACOB : PSYCHOLOGUE ET FORMATEUR À L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL
- CÉDRIC BAILLY : EDUCATEUR MÉDICO-SPORTIF, CHARGÉ DE PRÉVENTION SANTÉ

PROGRAMME

- ◆ Mais pourquoi ne veulent-ils pas changer ?
Repérer et comprendre les comportements de résistance chez l'autre.
Notre bienveillance et les réflexes correcteurs.



- ◆ Qu'est-ce que l'entretien motivationnel ?
L'état d'esprit et les principes de l'entretien motivationnel.
Les conditions d'utilisation de l'entretien motivationnel.
Les étapes de l'entretien motivationnel.
Réussir le premier entretien.



- ◆ Comment bâtir la motivation ?
Susciter chez l'autre un discours en faveur du changement.
Susciter de la confiance en faveur du changement.
Découverte des outils et techniques de l'entretien motivationnel.



- ◆ Comment passer de l'intention de changer à la mise en oeuvre du changement ?
Construire le plan de changement.
Les pré-requis à la délivrance de l'information et des conseils.
Susciter de la confiance en faveur du changement.
- ◆ Les processus du changement de comportement :
Analyse du modèle de Prochaska et Di Clemente.



- ◆ Retour d'expériences des stagiaires.
- ◆ Présentation des outils de promotion de l'activité physique.
- ◆ Analyse d'un entretien complet.

CETTE FORMATION A ÉTÉ CONÇUE PAR LA MUTUALITÉ
FRANÇAISE HAUTS-DE-FRANCE ET YANN JACOB (PSYCHOLOGUE
ET FORMATEUR EN ENTRETIEN MOTIVATIONNEL).

INSCRIPTIONS

POUR VOUS INSCRIRE, RENVOYEZ LE BULLETIN
JOINT À CETTE PLAQUETTE :

SESSION 1: AVANT LE 12 FÉVRIER 2017

SESSION 2: AVANT LE 4 MAI 2017

SESSION 3: AVANT LE 10 MAI 2017



Par courrier :

Mutualité Française Hauts-de-France
20 boulevard Papin - CS 30035
59044 LILLE CEDEX

Par téléphone :

03.20.62.79.47

Par e-mail :

catherine.mejeddar@mutualite-hdf.fr

- ❖ Toute inscription est confirmée par l'envoi d'un courrier de la Mutualité Française Hauts-de-France.
- ❖ Environ 10 jours avant la date de la session, une convocation précisant les dates et le lieu précis est adressée aux participants.
- ❖ L'accès à la formation est gratuit.
- ❖ Chaque session peut accueillir jusqu'à 12 stagiaires.

Retrouvez toutes nos actualités



www.mutualite-hdf.fr



Le service Prévention et Promotion de la Santé (PPS) de la Mutualité Française Hauts-de-France est certifié ISO 9001 : 2015 (site de Saint-Quentin)
Ce certificat garantit la qualité de l'organisation ainsi qu'une amélioration continue des services rendus aux mutuelles et au grand public. Le site de Lille est en cours de certification.