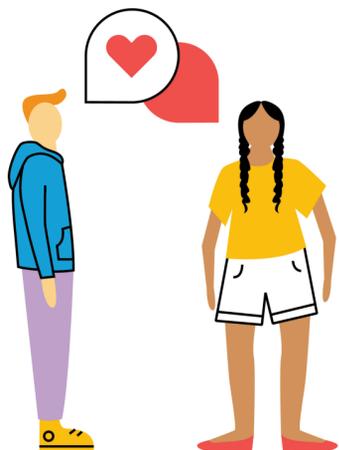


# Application des techniques de l'entretien motivationnel au traitement de la consommation problématique de substances psychoactives chez les jeunes

Dernière mise à jour : septembre 2025

youth  
wellness  
hubs  
ONTARIO

carrefours  
bien-être  
pour les jeunes  
DE L'ONTARIO



L'entretien motivationnel (EM) est une forme de counseling éprouvée, caractérisée par un style de conversation collaboratif qui vise à renforcer la motivation de la personne à modifier ou à abandonner un comportement spécifique<sup>1,2,3</sup>.

L'EM fait appel à quatre processus interdépendants : **la collaboration, la focalisation, « l'évocation » et la planification**<sup>1</sup>. Pour mener à bien leur tâche, les praticiens ont recours à des techniques d'entretien de base, à savoir « questions OUvertes, Valorisation, Écoute réflexive et Résumé » (OUVER) de ce qu'a dit la personne<sup>1</sup>. L'EM s'applique à la consommation problématique de substances psychoactives et aux comportements à risque, soit comme intervention autonome, soit dans le cadre d'un protocole de traitement<sup>4</sup>.

L'EM est guidé par quatre principes, qui constituent son « esprit ». Ces principes sont les suivants : le partenariat, l'acceptation, la bienveillance et l'évocation<sup>1</sup>.

- **Le partenariat** fait intervenir une collaboration active entre la conseillère/le conseiller et la jeune personne.
- **L'acceptation** consiste à afficher une attitude positive et à comprendre le point de vue de la jeune personne.
- **La bienveillance** privilégie les besoins de la jeune personne et son bien-être.
- **L'évocation** vise à lui faire exprimer les raisons qui la poussent à changer de comportement et à trouver la motivation pour le faire.

## Données à l'appui de l'efficacité de l'EM

- De nombreuses recherches ont montré que l'EM était efficace pour le traitement de la consommation problématique de substances psychoactives chez les jeunes.
- Il faudra continuer à faire des recherches en réalisant des études de qualité axées sur les jeunes pour pouvoir formuler des recommandations plus concrètes et établir des lignes directrices ciblées pour la pratique clinique.
- L'EM est particulièrement bien adapté aux jeunes, car il convient à divers stades de développement, met l'accent sur l'autonomie et la prise de décision, et permet de se fixer ses propres objectifs.
- Les recherches indiquent que l'EM conduit à une réduction de la consommation de substances psychoactives par rapport à l'absence de traitement et qu'il pourrait être aussi efficace que la TCC et d'autres interventions de ce type<sup>4,5</sup>.

## Considérations pratiques relatives à l'EM dans le cadre du travail auprès de jeunes

Pour découvrir des exemples concrets d'application de l'EM, consultez la version complète du document en balayant le code QR ci-dessous.

- Pensez à **utiliser une réglette pour mesurer l'état de préparation** de la jeune personne, l'inciter à découvrir ce qui la motive et son désir de changement, et pour favoriser le discours sur le changement ou le renforcer<sup>6</sup>.
- **Adoptez une attitude dénuée de jugement et respectez la confidentialité** lorsque vous évaluez la consommation de substances par les jeunes<sup>7,8,9</sup>.
- **Veillez à ne pas donner trop de conseils** ou poser trop de questions non réflexives afin de vous assurer que vous vous conformez bien aux principes de l'EM<sup>10</sup>.
- **Favorisez la confiance des jeunes** dans leur capacité à se fixer des objectifs qui leur semblent réalistes et à maintenir le cap<sup>11</sup>.
- Fournissez **aux jeunes des commentaires personnalisés** sur leur consommation de substances psychoactives, car cela s'est avéré efficace pour réduire les méfaits liés à l'abus de telles substances et à d'autres comportements à risque<sup>12</sup>.
- Si une jeune personne exprime son désaccord avec vous ou manifeste de la résistance, que ce soit en argumentant, en vous interrompant ou en refusant de vous écouter, **essayez de revoir votre façon de dire les choses**, en évitant d'argumenter et de vous engager sur le terrain de la confrontation<sup>11</sup>.
- **Examinez les obstacles pratiques** qui empêchent les jeunes de se rendre aux séances d'EM – conflits d'horaires, barrière linguistique, problèmes de transport, etc. – et trouvez-y des solutions<sup>13,14</sup>.

### Références :

1. MILLER, William R., et Stephen ROLLNICK. 2013. *Motivational interviewing: Helping people change*, 3<sup>e</sup> éd., Guilford Press.
2. MILLER, William R., et ROSE, G. S. 2009. « Toward a theory of motivational interviewing », *The American Psychologist*, vol. 64, n° 6, p. 527-537.
3. PAS, Elise T., et Catherine P. BRADSHAW. 2021. « Introduction to the special issue on optimizing the implementation and effectiveness of preventive interventions through motivational interviewing », *Prevention Science*, vol. 22, n° 6, p. 683-688.
4. SCHWENKER, Rosemarie, Carla Emilia DIETRICH, Selamawit HIRPA, Monika NOTHACKER, Geir SMEDSLUND, Thomas FRESE et Susanne UNVERZAGT. 2023. « Motivational interviewing for substance use reduction », *Cochrane Database of Systematic Reviews*, vol. 12.
5. LUNDAHL, Brad W., Chelsea KUNZ, Cynthia BROWNELL, Derrik TOLLEFSON et Brian L. BURKE. 2010. « A meta-analysis of motivational interviewing: Twenty-five years of empirical studies », *Research on Social Work Practice*, vol. 20, n° 2, p. 137-160.
6. SMEDSLUND, Geir, Rigmor C. BERG, Karianne T. HAMMERSTRØM, Asbjørn STEIRO, Kari A. LEIKNES, Helene M. DAHL et Kjetil KARLSEN. 2011. « Motivational interviewing for substance abuse », *Campbell Systematic Reviews*, vol. 7, n° 1, p. 1-126.
7. CASE WESTERN RESERVE UNIVERSITY, CENTER FOR EVIDENCE-BASED PRACTICES. n.d. *Readiness Ruler* (consulté le 10 juin 2025). <https://case.edu/socialwork/centerforebp/resources/readiness-ruler>.
8. ASSOCIATION DES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS AUTORISÉS DE L'ONTARIO. 2015a. *Établissement d'un dialogue avec les clients qui utilisent des substances*, Toronto.

9. MICHAUD, Pierre-André, Richard BÉLANGER, Artur MAZUR, Adamos HADJIPANAYIS et Anne-Emmanuelle AMBRESIN. 2020. « How can primary care practitioners address substance use by adolescents? A position paper of the EUROPEAN academy of PAEDIATRICS », *European Journal of Pediatrics*, vol. 179, p. 1297-1305.
10. ASSOCIATION DES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS AUTORISÉS DE L'ONTARIO. 2015b. *Soins axés sur les besoins de la personne et de la famille*, Toronto.
11. SUBSTANCE ABUSE AND MENTAL HEALTH SERVICES ADMINISTRATION (SAMHSA). 2021. « Using Motivational Interviewing in Substance Use Disorder Treatment », Advisory.
12. HEADSPACE NATIONAL YOUTH MENTAL HEALTH FOUNDATION. 2012. « The effectiveness of motivational interviewing for young people engaging in problematic substance use », ORYGEN YOUTH HEALTH RESEARCH CENTRE. <https://headspace.org.au/assets/Uploads/Motivational-Interviewing-problematic-substance-use.pdf>.
13. SUBSTANCE ABUSE AND MENTAL HEALTH SERVICES ADMINISTRATION (SAMHSA). 2019 (mise à jour). « Enhancing motivation for change in substance use disorder treatment », *Treatment Improvement Protocol (TIP) Series*, n° 35.
14. D'AMICO, Elizabeth J., Jeremy N. V. MILES, Stefanie A. STERN et Lisa S. MEREDITH. 2008. « Brief motivational interviewing for teens at risk of substance use consequences: A randomized pilot study in a primary care clinic », *Journal of Substance Abuse Treatment*, vol. 35, n° 1, p. 53-61.
15. MORENO, Oswaldo, Melissa AVILA, Isis GARCIA-RODRIGUEZ, Stephanie ROMO, Jennifer RODRIGUEZ, Cristian MATOS et autres. 2022. « Culturally enhancing a group-based motivational interviewing substance use prevention program for Latine youth », *Contemporary Clinical Trials Communications*, vol. 30, DOI :10.1016/j.cctc.2022.100991.

Pour en apprendre davantage sur le recours à l'entretien motivationnel pour la gestion de la consommation problématique de substances psychoactives, veuillez consulter le document *Résumé de pratique clinique : L'entretien motivationnel pour les jeunes qui consomment des substances psychoactives* sur le site des Carrefours bien-être pour les jeunes de l'Ontario

