

FICHES DE TRAVAIL / RESSOURCES DES ACTIVITES



COUNSELING DE MOTIVATION

Programme de formation



Counseling de motivation

Un programme de formation pour le personnel de première ligne qui met en œuvre les programmes contre le VIH pour les populations clés et prioritaires

FICHES DE TRAVAIL / RESSOURCES DES ACTIVITES

Décembre 2020



Citation suggérée : Avery M, Levitt D. Counseling de motivation. Un programme de formation pour le personnel de première ligne qui met en œuvre les programmes contre le VIH pour les populations clés et prioritaires. Fiches de travail / ressources des activités. FHI 360; Durham (NC): 2020.

REMERCIEMENTS

Ce programme de formation a été modifié sur base d'un vaste programme de counseling de FHI 360 appelé Motiv8, basé sur des techniques d'interview incitative (IM)¹ et adapté de l'action de SafeTalk (parler sans risque) élaborée par l'Université de Caroline du Nord à Chapel Hill.²

Ce guide a été rédigé par Matt Avery et Daniel Levitt, et son élaboration a été supervisée par Tiffany Lillie, Danielle Darrow de Mora et Rose Wilcher de FHI 360, et conçu par Lucy Harber de FHI 360. La traduction a été réalisée au Burundi par le Centre de langue anglaise, éditée par Catherine Bocher de FHI 360.

Ce travail a été rendu possible grâce à un appui généreux du peuple américain à travers l'Agence des Etats-Unis pour le Développement International (USAID) et du Plan d'urgence du président américain pour la lutte contre le Sida (PEPFAR). Le contenu relève de la responsabilité du projet EpiC et ne reflète pas nécessairement les opinions de l'USAID, du PEPFAR ou du gouvernement des Etats-Unis. EpiC est un accord mondial sur la coopération (7200AA19CA00002) mené par FHI 360 avec les partenaires principaux tels que Right to Care, Palladium International, Population Services International (PSI) et Gobe Group.

¹ Miller W.R., Rollnick S. (2002). Interview Incitative : Préparer les gens au changement. Guilford Press. Chicago

² Golin C.E., Earp J.A., Grodensky C.A., Patel S.N., Suchindran C., Parikh M., ... Groves J. (2012). Effets longitudinaux de SafeTalk, un programme basé sur des interviews incitatives pour améliorer les pratiques sexuelles à moindre risque chez les personnes vivant avec le VIH / SIDA. SIDA et Comportement , 16 (5), 1182-1191..

Table des matières

Formulaire pré-test/post-test.....	1
Formulaire pré-test/post-test – Clé de réponses	4
RESSOURCE : Exercice de mesure des risques du VIH.....	7
RESSOURCE : Exercice de réflexion sur la cascade du VIH	17
FICHE DE TRAVAIL : Exercice en rapport avec une caisse.....	27
MODELE DE SCENARIO : Réflexion	28
MODELE DE SCENARIO : Affirmation.....	29
FICHE DE TRAVAIL : Affirmations – Trouvez le diamant à l'état brut ³	30
FICHE DE TRAVAIL : Questionnaire.....	32
MODELE DE SCENARIO : Questionnement.....	33
MODELE DE SCENARIO : Demander – Dire – Demander	34
RESSOURCE : Cartes de discours de changement.....	35
FICHE DE TRAVAIL : Identifiez les discours de changement	56
RESSOURCE : Règle d'importance et de confiance	57
RESSOURCE : Reconnaître les cartes de résistance	58
FICHE DE TRAVAIL : Améliorer une Séance de Counseling de motivation.....	82
Formulaire d'évaluation de la formation.....	84

Code: _____

Date: ____/____/_____

Formulaire pré-test/post-test

1. Quelle est la phrase ci-dessous qui est un bon exemple d'utilisation pour une réflexion à double face ?
 - a) D'une part, vous voulez protéger votre santé, d'autre part, vous voulez également vous assurer que votre famille ne soit pas infectée.
 - b) J'entends que vous êtes bouleversé et également très inquiet.
 - c) Vous ne pouvez pas rater votre travail, car vous devez conserver votre emploi ; en même temps, vous souhaitez également respecter vos rendez-vous à la clinique afin que vous soyez en bonne santé.
 - d) Vous craignez donc que les effets secondaires vous rendent trop malade pour prendre soin de votre famille.

2. Choisissez parmi ces phrases suivantes celle qui serait inappropriée pour le counseling de motivation :
 - a) Le fait de revenir pour votre suivi médical montre que vous voulez vraiment protéger votre santé.
 - b) Je pense que c'est une bonne chose que vous preniez vos médicaments tous les jours
 - c) Même si vous avez commis une erreur en fumant une cigarette hier, vous n'avez fumé que pendant un seul jour cette semaine, ce qui est une grande amélioration.
 - d) Avant de parler de vos médicaments, j'aimerais vous demander ce que vous savez à propos du traitement de la tuberculose.

3. Identifiez les discours de changement (quand quelqu'un parle du changement) dans le paragraphe ci-dessous :

Je sais que je dois changer ma façon de manger. Je mange juste des aliments malsains tous les jours. J'aimerais vraiment perdre du poids ; c'est tellement dur ! La restauration rapide est moins chère et ça prend beaucoup moins de temps ! Cependant, mes amis m'ont dit que je pourrais essayer d'apporter de la nourriture préparée chez moi au lieu d'aller manger ailleurs. Je suis donc allé dans une boutique et j'ai acheté de la nourriture pour préparer mes déjeuners de la semaine prochaine. Je suis presque sûr que je suis capable de l'essayer pendant une semaine.

4. Laquelle de ces actions est un bon moyen de gérer la résistance d'un client ?
 - a) Expliquez à votre client pourquoi il n'a pas raison
 - b) Dites à votre client que s'il ne suit pas les conseils du médecin, il tombera plus malade et contaminera d'autres personnes
 - c) Grondez votre client.
 - d) Réaffirmez à votre client que le choix lui appartient

5. Selon les approches du counseling de motivation, qu'est-ce qui est la plus utile pour aider un patient à changer de comportement ?
 - a) Soutenir les raisons du patient pour le changement.
 - b) Sensibiliser le patient sur les risques de son comportement actuel
 - c) Féliciter le patient lorsqu'il affiche un comportement correct
 - d) Frapper le client lorsqu'il affiche des comportements malsains

6. Lequel de ces éléments serait le meilleur moyen d'obtenir des informations de votre client ?
 - a) Vous prenez toujours vos médicaments, n'est-ce pas ?
 - b) Comment allez-vous avec votre traitement ?
 - c) Prenez-vous vos médicaments?
 - d) Vous devez prendre vos médicaments tous les jours, même si c'est difficile. Vous savez cela, n'est-ce pas ?

7. Lequel des éléments suivants n'est PAS un exemple de déclaration pour la « préparation au changement » ?
 - a) Je jure que je vais commencer à épargner beaucoup d'argent pour la retraite !
 - b) J'ai besoin de créer un plan de retraite.
 - c) J'ai ouvert un compte bancaire pour m'aider à économiser de l'argent pour ma vieillesse.
 - d) J'ai la volonté de trouver des moyens d'économiser plus d'argent.

8. Laquelle des propositions suivantes n'est PAS un bon moyen de susciter un discours de changement ?
 - a) Renseignez-vous sur les désirs, les capacités, les raisons ou les besoins
 - b) Utilisez la règle d'importance et de confiance
 - c) Demandez des exemples
 - d) Demandez au client pourquoi il ne fait pas plus d'efforts pour changer

9. Laquelle des étapes suivantes ne fait PAS partie de l'approche demander-dire-demander?
 - a) Dites au client tout ce que vous savez sur la tuberculose
 - b) Demandez au client ce qu'il aurait déjà entendu sur la tuberculose
 - c) Cherchez la permission de fournir des informations supplémentaires
 - d) Demandez la réponse du client aux informations que vous lui avez fournies

10. Faites correspondre chaque énoncé ci-dessous avec le « piège » correct du counseling de motivation (quelque chose à éviter)

Vous ne vous rendez pas à vos rendez-vous parce que vous vous souciez plus de votre travail que de votre santé.

Poser des questions suggestives

Je vous ai dit qu'il était important de protéger votre santé. Je veux donc que vous acceptiez de vous faire dépister du VIH.

Le piège d'expert

Pourquoi êtes-vous allé à cette fête alors que vous saviez que vous alliez juste être ivre ?

Faire valoir le côté positif

Même si c'est difficile, vous devez vous assurer de toujours suivre votre traitement – cessez de chercher des excuses et faites-le !

Accent prématuré sur le changement

11. Lequel des énoncés suivants est un exemple d'ambivalence ?
- a) Je veux vraiment arrêter de fumer. Je ne sais pas tout simplement comment procéder !
 - b) Je sais que fumer nuit à ma santé, mais c'est aussi la seule façon de me détendre quand je suis stressé !
 - c) Vous ne comprenez pas de quoi je parle. Vous ne pouvez pas vraiment m'aider !
 - d) Mes deux grands-parents fumaient et ils ont vécu jusqu'à 90 ans. Je ne pense pas que ce soit vraiment si mauvais.
12. Lequel des énoncés suivants est un exemple de « maintenir la conversation » (lorsque quelqu'un parle d'une manière qui exprime une réticence à changer) ?
- a) Vous ne vous souciez pas vraiment de ce qui m'arrive, vous voulez juste remplir vos formulaires !
 - b) Je ne trouve jamais le temps de faire du sport. Je suis tellement occupé !
 - c) Je veux vraiment perdre du poids et améliorer ma santé.
 - d) La plus importante chose est que nous soutenions les services créés dans le cadre de ce programme.
13. Dans le counseling de motivation, la discorde se réfère à :
- a) Une partie normale du processus de changement
 - b) Une partie de « l'esprit » du counseling de motivation
 - c) Une forme de « maintenir la conversation »
 - d) Une indication qu'il y a un problème de relation entre le patient et le prestataire
14. Encerclez tous les énoncés ci-dessous qui font partie de la définition du counseling de motivation :
- a) Le counseling de motivation vise à atteindre un objectif spécifique de changement de comportement
 - b) Le counseling de motivation développe la motivation intrinsèque du patient pour le changement
 - c) Le counseling de motivation corrige les comportements inappropriés des patients
 - d) Le counseling de motivation encourage le patient à identifier ses propres stratégies de changement

Formulaire pré-test/post-test – Clé de réponses

1. Quelle est la phrase ci-dessous qui est un bon exemple d'utilisation pour une réflexion à double face ?
 - a) D'une part, vous voulez protéger votre santé, d'autre part, vous voulez également vous assurer que votre famille ne soit pas infectée.
 - b) J'entends que vous êtes bouleversé et également très inquiet.
 - c) **Vous ne pouvez pas rater votre travail, car vous devez conserver votre emploi ; en même temps, vous souhaitez également respecter vos rendez-vous à la clinique afin que vous soyez en bonne santé.**
 - d) Vous craignez donc que les effets secondaires vous rendent trop malade pour prendre soin de votre famille.
2. Choisissez parmi ces phrases suivantes celle qui serait inappropriée pour le counseling de motivation :
 - a) Le fait de revenir pour votre suivi médical montre que vous voulez vraiment protéger votre santé.
 - b) **Je pense que c'est une bonne chose que vous preniez vos médicaments tous les jours !**
 - c) Même si vous avez commis une erreur en fumant une cigarette hier, vous n'avez fumé que pendant un seul jour cette semaine, ce qui est une grande amélioration.
 - d) Avant de parler de vos médicaments, j'aimerais vous demander ce que vous savez à propos du traitement de la tuberculose.
3. Identifiez les discours de changement (quand quelqu'un parle du changement) dans le paragraphe ci-dessous :

Je sais que je dois changer ma façon de manger. Je mange juste des aliments malsains tous les jours. **J'aimerais vraiment perdre du poids ;** c'est tellement dur ! La restauration rapide est moins chère et ça prend beaucoup moins de temps ! Cependant, mes amis m'ont dit que **je pourrais essayer d'apporter de la nourriture préparée chez moi** au lieu d'aller manger ailleurs. **Je suis donc allé dans une boutique et j'ai acheté de la nourriture pour préparer mes déjeuners** de la semaine prochaine. **Je suis très sûr que je suis capable de l'essayer pendant une semaine.**
4. Laquelle de ces actions est un bon moyen de gérer la résistance d'un client ?
 - a) Expliquez à votre client pourquoi il n'a pas raison
 - b) Dites à votre client que s'il ne suit pas les conseils du médecin, il tombera plus malade et contaminera d'autres personnes
 - c) Grondez votre client.
 - d) **Réaffirmez à votre client que le choix lui appartient**
5. Selon les approches du counseling incitatif, qu'est-ce qui est le plus utile pour aider un patient à changer de comportement ?
 - a) **Soutenir les raisons du patient pour le changement.**
 - b) Sensibiliser le patient sur les risques de son comportement actuel
 - c) Féliciter le patient lorsqu'il affiche un comportement correct
 - d) Frapper le client lorsqu'il affiche des comportements malsains

6. Lequel de ces éléments serait le meilleur moyen d'obtenir des informations de votre client ?
- Vous prenez toujours vos médicaments, n'est-ce pas ?
 - Comment allez-vous avec votre traitement ?**
 - Prenez-vous vos médicaments ?
 - Vous devez prendre vos médicaments tous les jours, même si c'est difficile. Vous savez cela, n'est-ce pas ?
7. Lequel des éléments suivants n'est PAS un exemple de déclaration pour la « préparation au changement » ?
- Je jure que je vais commencer à épargner beaucoup d'argent pour la retraite !**
 - J'ai besoin de créer un plan de retraite.
 - J'ai ouvert un compte bancaire pour m'aider à économiser de l'argent pour ma vieillesse.
 - J'ai la volonté de trouver des moyens d'économiser plus d'argent.
8. Laquelle des propositions suivantes n'est PAS un bon moyen de susciter un discours de changement ?
- Renseignez-vous sur les désirs, les capacités, les raisons ou les besoins
 - Utilisez la règle d'importance et de confiance
 - Demandez des exemples
 - Demandez au client pourquoi il ne fait pas plus d'efforts pour changer**
9. Laquelle des étapes suivantes ne fait PAS partie de l'approche demander-dire-demander ?
- Dites au client tout ce que vous savez sur la tuberculose**
 - Demandez au client ce qu'il aurait déjà entendu sur la tuberculose
 - Cherchez la permission de fournir des informations supplémentaires
 - Demandez la réponse du client aux informations que vous lui avez fournies
10. Faites correspondre chaque énoncé ci-dessous avec le « piège » correct de counseling de motivation (quelque chose à éviter)

Vous ne vous rendez pas à vos rendez-vous parce que vous vous souciez plus de votre travail que de votre santé.

Je vous ai dit qu'il était important de protéger votre santé. Je veux donc que vous acceptiez de vous faire dépister du VIH.

Pourquoi êtes-vous allé à cette fête alors que vous saviez que vous alliez juste être ivre ?

Même si c'est difficile, vous devez vous assurer de toujours suivre votre traitement – cessez de chercher des excuses et faites-le !

Poser des questions suggestives

Le piège d'expert

Faire valoir le côté positif

Accent prématuré sur le changement

11. Lequel des énoncés suivants est un exemple d'ambivalence ?
- a) Je veux vraiment arrêter de fumer. Je ne sais pas tout simplement comment procéder !
 - b) **Je sais que fumer nuit à ma santé, mais c'est aussi la seule façon de me détendre quand je suis stressé !**
 - c) Vous ne comprenez pas de quoi je parle. Vous ne pouvez pas vraiment m'aider !
 - d) Mes deux grands-parents fumaient et ils ont vécu jusqu'à 90 ans. Je ne pense pas que ce soit vraiment si mauvais.
12. Lequel des énoncés suivants est un exemple de « maintenir la conversation » (lorsque quelqu'un parle d'une manière qui exprime une réticence à changer) ?
- a) Vous ne vous souciez pas vraiment de ce qui m'arrive, vous voulez juste remplir vos formulaires !
 - b) **Je ne trouve jamais le temps de faire du sport. Je suis tellement occupé !**
 - c) Je veux vraiment perdre du poids et améliorer ma santé.
 - d) La plus importante chose est que nous soutenions les services créés dans le cadre de ce programme.
13. Dans le counseling incitatif, la discorde se réfère à :
- a) Une partie normale du processus de changement
 - b) Une partie de « l'esprit » du counseling de motivation
 - c) Une forme de « maintenir la conversation »
 - d) **Une indication qu'il y a un problème de relation entre le patient et le prestataire**
14. Encercler tous les énoncés ci-dessous qui font partie de la définition du counseling de motivation :
- a) **Le counseling de motivation vise à atteindre un objectif spécifique de changement de comportement**
 - b) **Le counseling de motivation développe la motivation intrinsèque du patient pour le changement**
 - c) Le counseling de motivation corrige les comportements inappropriés des patients
 - d) **Le counseling de motivation encourage le patient à identifier ses propres stratégies de changement**

RESSOURCE : Exercice de mesure des risques du VIH

Imprimez ou photocopiez les pages 8 à 16.

RISQUE ÉLEVÉ

FAIBLE RISQUE

Partager les seringues
pour les drogues, les
médicaments, les
hormones

Rapports sexuels
anaux réceptifs
(recevoir) sans
préservatif

Rapports sexuels
vaginaux réceptifs
(recevoir) sans
préservatif

Rapports sexuels
anaux insertifs
(donner) sans
préservatif

Rapports sexuels
vaginaux insertifs
(donner) sans
préservatif

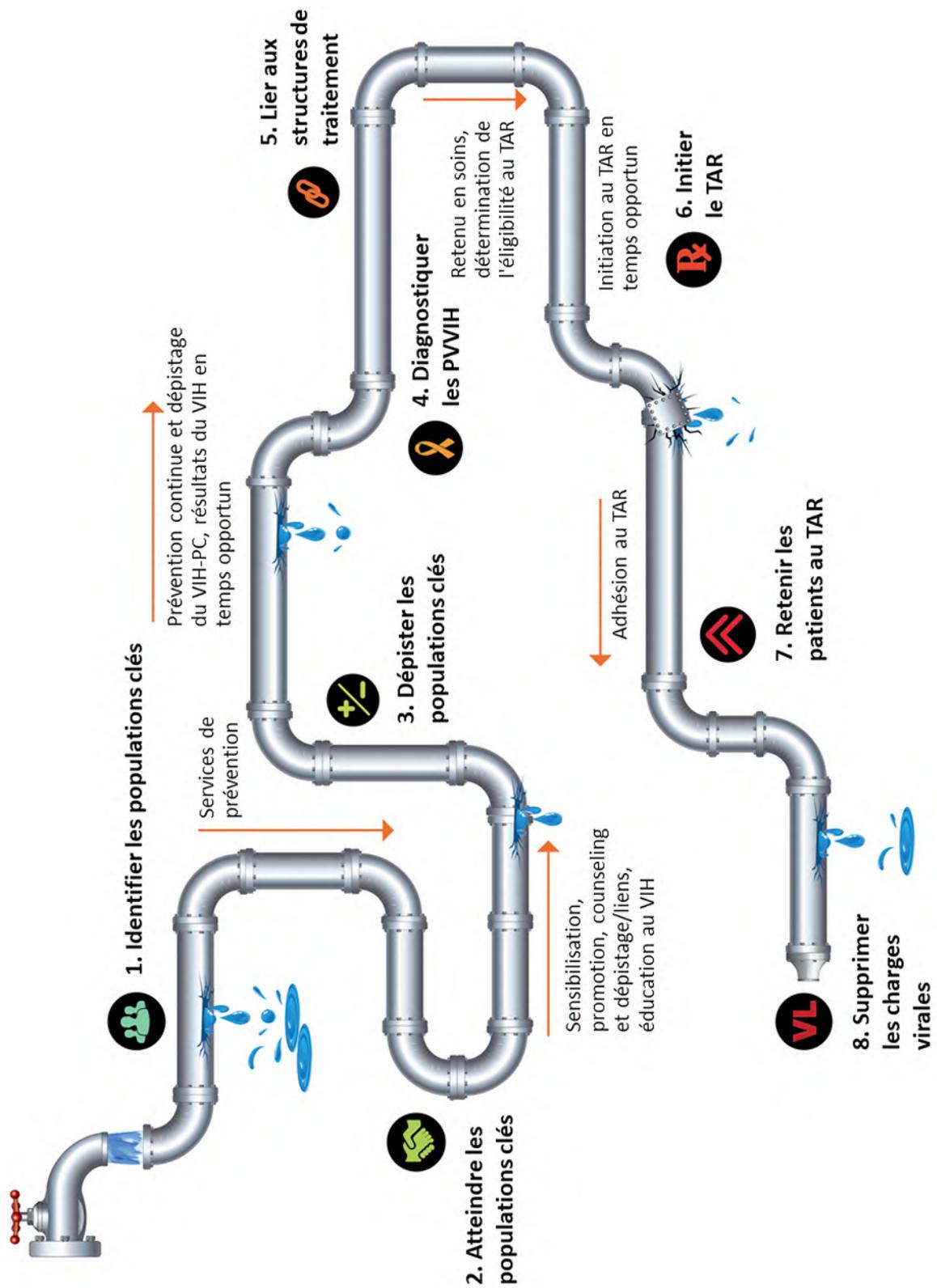
Sexe oral

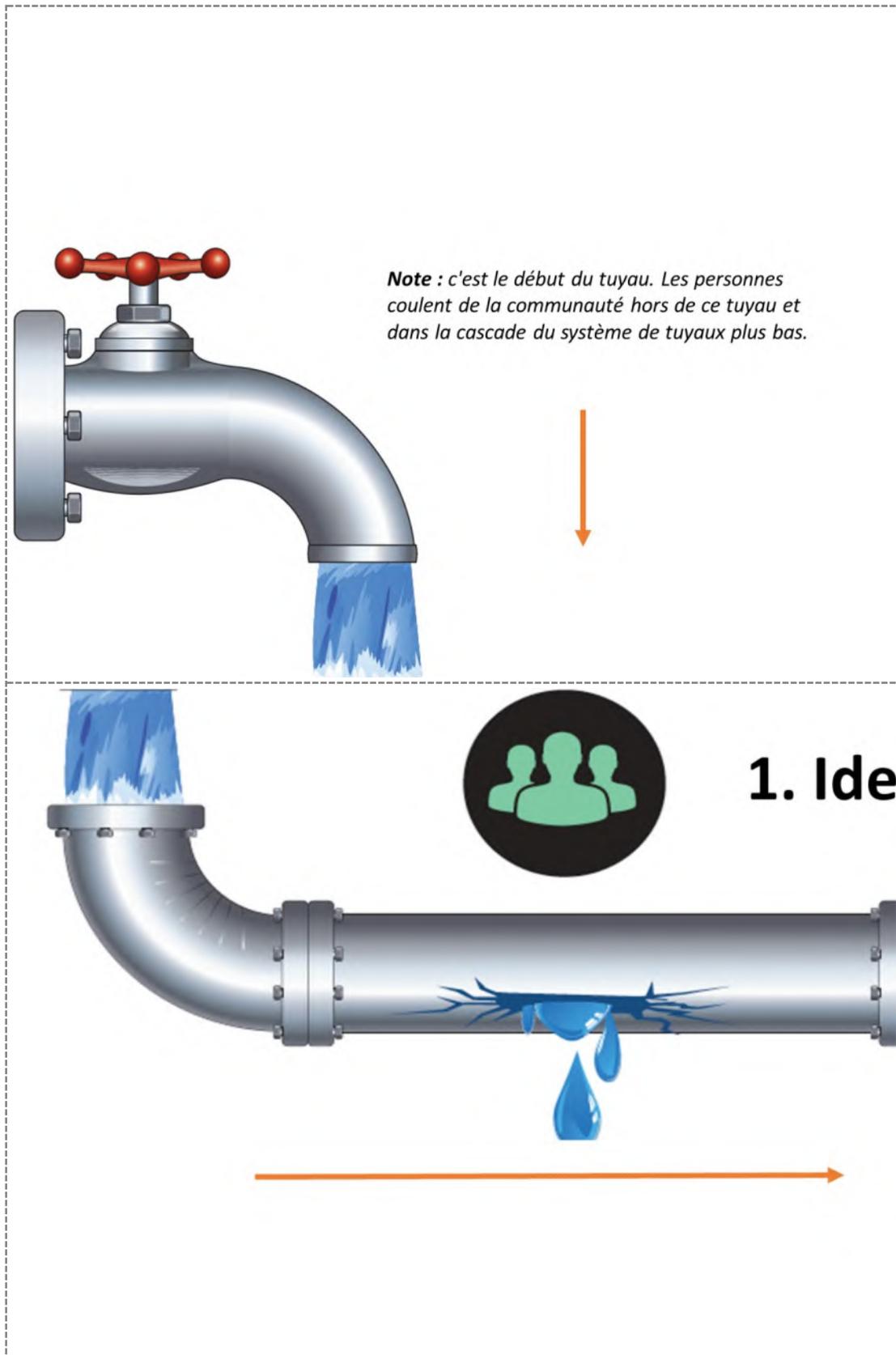
Partager des jouets sexuels

RESSOURCE : Exercice de réflexion sur la cascade du VIH

Imprimez ou photocopiez les pages 18 à 26 (une série pour chaque groupe). Coupez le long des lignes pointillées pour créer des pièces de réflexion.

Découpez les gouttes d'eau individuelles sur la dernière page.





Identifier les populations clés

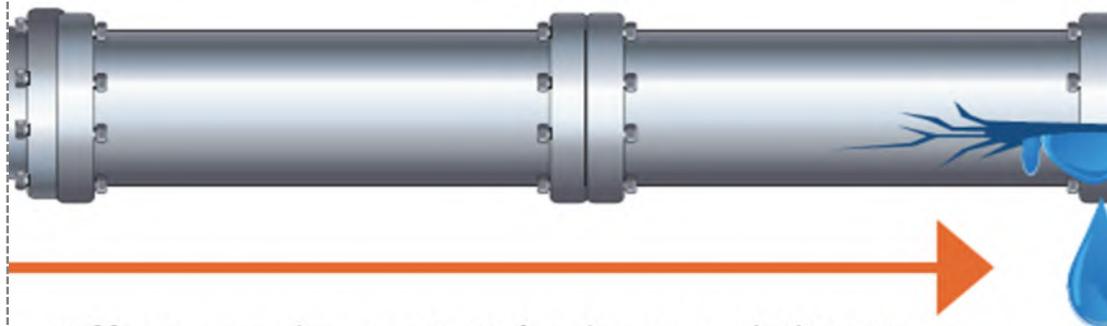


Préparer des
plans et du
matériel de
sensibilisation





2. Atteindre les populations clés



Effectuez des activités de sensibilisation, établissez un lien avec le counseling et dépistage du VIH (ou fournissez un counseling et dépistage communautaire du VIH), échangez sur l'éducation thérapeutique, référez aux services pertinents (de violence, psychosociaux, juridiques)



3. Dépister les populations clés

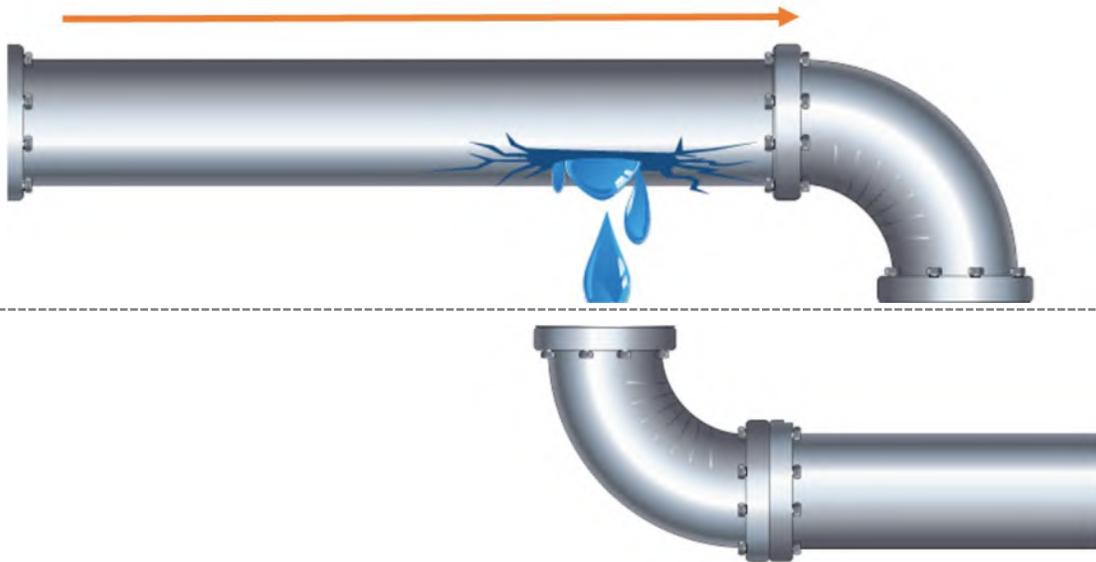


Counseling après le dépistage
et référer au besoin





4. Diagnostiquer / confirmer les PVVIH



Post-diagnostic, services de
prévention continus pour les
personnes infectées par le
VIH et les non infectées

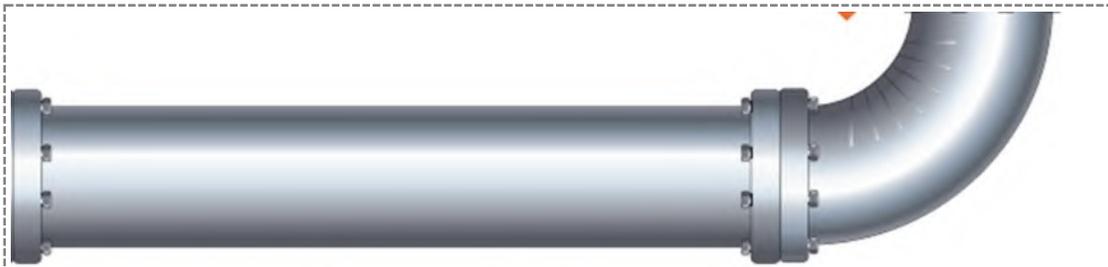




5. Lier aux structures de traitement (personne infectée par le VIH)



Effectuez les diagnostics nécessaires pour l'initiation au TAR, initiez à l'éducation thérapeutique



Initiation au TAR
en temps opportun



**6. Initier le
TAR**



Adhésion au TAR



**7. Retenir les
patients au TAR**



8. Supprimer les charges virales



FICHE DE TRAVAIL : Exercice en rapport avec une caisse

L'histoire

Un homme d'affaires venait d'éteindre les lumières d'un magasin lorsqu'un homme est apparu et a demandé de l'argent. Le propriétaire a ouvert une caisse. Le contenu de la caisse a été volé et l'homme s'est enfui. Un membre de la police a été averti rapidement.

Instructions :

Lisez les déclarations ci-dessous sur l'histoire et encerclez la réponse la plus probable pour chacune.

Déclaration	Vraie (V)	Fausse (F)	Pas assez d'information (?)
1. Un homme est apparu après que le propriétaire a éteint les lumières de son magasin.	V	F	?
2. Le voleur était un homme.	V	F	?
3. L'homme n'a pas demandé de l'argent.	V	F	?
4. L'homme qui a ouvert la caisse était le propriétaire.	V	F	?
5. Le propriétaire du magasin a ramassé le contenu de la caisse et s'est enfui.	V	F	?
6. Une personne a ouvert la caisse.	V	F	?
7. Après que l'homme qui a demandé l'argent ait ramassé le contenu de la caisse, il s'est enfui.	V	F	?
8. Bien que la caisse contienne de l'argent, l'histoire ne précise pas la somme.	V	F	?
9. Le voleur a exigé de l'argent au propriétaire.	V	F	?
10. Dans cette histoire, il s'agit d'événements dans lesquels seules trois personnes sont mentionnées : le propriétaire du magasin, un homme qui a exigé de l'argent et un membre de la police.	V	F	?

MODELE DE SCENARIO : Réflexion

Conseiller : Comment vous sentiez-vous ces derniers temps ?

Client : Je pense à l'hôpital. Je n'ai pas aimé mon séjour là-bas et je ne veux plus tomber malade. Je ne veux pas y retourner. Je suppose que j'ai de la chance d'être ici.

Conseiller : Alors vous vous sentez chanceux. [*Simple réflexion*]

Client : Eh bien, oui. Ils ont dit que mon compte de CD4 était de 7. Mais je m'en suis sorti.

Conseiller : Et vous êtes content. [*Réflexion complexe*]

Client : Mes amis étaient très contents aussi.

Conseiller : Je sais que vos amitiés comptent vraiment pour vous. [*Réflexion complexe*]

Client : J'aime mes amis - nous passons beaucoup de temps ensemble.

Conseiller : Ils sont comme une famille pour vous. [*Réflexion complexe*]

Client : Oui. Ils étaient vraiment inquiets pour moi. Certains parmi eux sont venus me rendre visite pendant mon séjour à l'hôpital.

Conseiller : Ils veillent sur vous. [*Réflexion complexe*]

Client : Nous veillons les uns sur les autres. Si l'un d'eux tombait malade, je voudrais être là aussi pour lui rendre visite. Nous devons prendre soin de chacun de nous.

Conseiller : Il semble que vous vous considérez comme quelqu'un qui a de nombreuses raisons de rester en bonne santé. [*Réflexion complexe*]

Client : Je sais qu'il est important de prendre soin de moi et je ne veux pas vraiment tomber malade comme ça à nouveau. J'ai raté beaucoup de travail et j'ai failli perdre mon travail. J'ai beaucoup de choses en matière médicale à réaliser maintenant mais je n'ai pas de force. Et à cause de tout ce temps passé à l'hôpital, je ne suis pas en forme. Le médecin a dit que je devais arrêter de fumer.

Conseiller : D'une part, vous voulez rester en bonne santé, mais d'autre part, vous vous sentez dépassé. [*Réflexion à double face*]

Client : Je suppose que ce dont j'ai vraiment besoin, c'est juste un peu d'aide pour gérer les choses. Tout cela semble être tellement difficile à gérer par moi-même.

Conseiller : Vous vous sentez donc heureux d'être sorti de l'hôpital, et vous voulez rester en forme et profiter de la vie avec vos amis, mais vous ressentez de la pression maintenant à cause de tous les changements dans votre vie et vous cherchez de l'aide pour gérer ces changements. C'est bien ça? [*Résumé*].

MODELE DE SCENARIO : Affirmation

Pair Educateur (PE) : Bienvenue à nouveau ! C'est génial de vous revoir. *[Affirmation]*

Client : Eh bien, je n'avais rien d'autre à faire, alors j'ai pensé venir vous saluer.

PE : Comment avez-vous réalisé les objectifs dont nous avons parlé la dernière fois ?

Client : Eh bien, je sais que nous avons parlé de réduire ma consommation d'alcool, mais ça a été difficile ...

PE : Donc vous avez essayé, mais vous avez rencontré des obstacles ... *[Réflexion]*

Client : Je me suis dit que je ne prendrais pas de verre, mais mes amis m'ont appelé et m'ont demandé de sortir avec eux et ils ont continué à m'acheter des boissons, et j'avais l'impression que je ne pouvais pas dire non ...

PE : Vous n'avez pas voulu les blesser moralement. *[Réflexion]*

Client : Exactement. Je sais que ma consommation d'alcool est un problème, et j'essaie de ne pas le faire, mais lorsque mes amis m'appellent, j'ai l'impression que je n'ai pas d'autre choix.

PE : Mais même si cela a été difficile, vous essayez toujours de trouver des moyens de réduire. Vous êtes vraiment persévérant. *[Affirmation]*

Client : Je suppose que oui... la semaine dernière, j'étais déterminé à rester à la maison. Mais ensuite, je me suis disputé avec ma femme, et les enfants me rendaient fou, et j'avais besoin d'une pause. Alors quand mes amis m'ont appelé, je les ai rejoints.

PE : Donc, d'une part, vous vouliez prouver que vous pouviez le faire, mais d'autre part, vous aviez vraiment besoin d'un moyen de vous défouler et de vous détendre. *[Réflexion]*

Client : Alors, même si j'ai dit que je buvais moins d'alcool, j'ai quand même fini par sortir vendredi et samedi soir et j'ai bu beaucoup. Je n'étais pas ivre, mais je me sentais toujours mal le lendemain parce que j'ai pas honoré mon engagement.

PE : Vous vous sentez donc mal parce que vous n'avez mis en œuvre votre plan et vous pensez que vous l'avez gâché. *[Réflexion]* Ce qui m'impressionne, cependant, c'est votre accomplissement par rapport à votre point de départ. Quand nous avons discuté il y a deux mois, vous sortiez et vous étiez ivre tous les soirs. Cette semaine, vous n'êtes sorti que deux nuits et vous avez bu moins de bières. Et maintenant, vous êtes revenu à votre plan de ne pas boire. *[Affirmation]*

FICHE DE TRAVAIL : Affirmations – Trouvez le diamant à l'état brut³

Dans cette activité, vous lirez des informations sur la situation d'un client, écrivez les points forts que vous observez, puis formulez des affirmations basées sur ces points forts. Essayez d'utiliser « vous » dans le langage !

1. Une patiente sous ARV a récemment changé de médicament et en a pris un nouveau et elle a rencontré des difficultés suite à certains effets secondaires. Elle a fait de son mieux pour respecter son horaire de prise de médicaments, mais les effets secondaires l'empêchent de dormir et affectent ses performances au travail. Elle a raté plusieurs doses parce qu'elle ne se sentait pas bien et ne voulait pas aggraver les choses. Son gestionnaire de cas a essayé de lui parler de l'importance de ne jamais rater les doses, et elle a répondu en signalant que c'était l'avis de la clinique de changer de médicament et que son traitement précédent ne lui avait jamais causé de problèmes.
 - a. Points forts :
 - b. Affirmation :
2. Un de vos clients a été arrêté pour la troisième fois cette année. La dernière fois que vous l'avez vu, il était sous un programme de traitement. Mais maintenant, il a été arrêté pour possession de matériel lié à l'usage de drogues. Il traînait avec certains de ses copains quand un groupe d'étudiants a commencé à leur donner du fil à retordre. Il a sauté pour défendre son ami et une bagarre s'est ensuivie. La police a interrompu la bagarre, mais ils ont fouillé votre client et ont trouvé plusieurs aiguilles à usage unique dans l'emballage original et l'ont arrêté.
 - a. Points forts :
 - b. Affirmation :
3. Votre collègue qui est travailleuse du sexe dit qu'elle a du mal à gérer les nombreuses tâches dans sa vie. Chaque soir, elle doit sortir pour trouver des clients afin de gagner de l'argent pour sa famille, et elle rentre rarement à la maison avant 5 heures du matin. Elle ne dort que quelques heures, puis elle doit se lever pour s'occuper de ses enfants et préparer la nourriture pour son mari avant de retourner à son travail. Elle est toujours fatiguée et elle a des difficultés à se réveiller. Elle boit beaucoup plus d'alcool qu'il y a quelques années, juste pour se détendre après avoir fait le ménage et pris soin de sa famille. Et vous n'arrêtez pas de lui dire d'aller se faire dépister, mais elle a à peine assez de temps pour elle-même. Le VIH est juste un souci de plus !
 - a. Points forts :
 - b. Affirmation :
4. Votre client est un jeune homme gay avec de nombreux partenaires sexuels. Il maintient sa forme avec du sport et une alimentation saine, et beaucoup de gens le trouvent attirant, alors il reçoit beaucoup d'avances sexuelles et il dit rarement non. Il n'utilise généralement pas de préservatifs car il n'aime pas cette sensation, et s'arrête et en trouver un gâche ambiance. Il en a juste marre des gens qui lui prodiguent des leçons tout le temps - il sait que les relations sexuelles sans préservatif présentent des risques - il fait des recherches sur le VIH et il se fait dépister régulièrement pour en être sûr. C'est un risque qu'il est prêt à prendre, et ce qu'il fait dans la chambre n'est l'affaire de personne.
 - a. Points forts :
 - b. Affirmation :

³ cet exercice a été adapté à partir du livre de Rosengren, DB. "Building Motivational Interviewing Skills – A Practitioner Workbook." (2009) New York: The Guilford Press.

Exemples de réponses

(à distribuer aux participants et après qu'ils aient rempli la fiche de travail)

1. Points forts :

- Engagée dans le contrôle du virus
- Persistante

Affirmation : vous êtes tout à fait déterminée à maîtriser cela, malgré quelques échecs.

2. Points forts :

- Défend ses amis
- Désireux de se défendre

Affirmation : vous êtes un ami fidèle, prêt à défendre les autres, même si cela vous cause des problèmes.

3. Points forts :

- Désireuse de travailler durement pour sa famille
- Continue de relever le défi, même quand cela devient plus difficile
- Capable de retarder ses propres besoins pour prendre soin des autres

Affirmation : vous êtes vraiment une travailleuse acharnée - mettre les besoins des autres au-dessus des vôtres si vous pensez que c'est ce dont vous avez besoin.

4. Points forts :

- Fait attention à son aptitude physique
- Prend des mesures pour surveiller sa santé
- Prend ses propres décisions (éclairées)

Affirmation : Votre santé compte vraiment pour vous.

FICHE DE TRAVAIL : Questionnaire⁴

- | | |
|--|----------------------------|
| 1. Vous utilisez toujours des préservatifs, n'est-ce pas ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 2. Quels types de problèmes rencontrez-vous lors de l'utilisation de préservatifs ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 3. Prenez-vous des médicaments ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 4. Tu devrais le dire à ta femme, n'est-ce pas ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 5. Dans quels types de situations partagez-vous des aiguilles ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 6. Que savez-vous du VIH ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 7. Savez-vous comment le VIH se transmet ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 8. Est-ce que vous vous protégez contre le VIH ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 9. Que faites-vous pour vous protéger contre le VIH ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 10. Comment nettoyez-vous vos équipements d'injection ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 11. Avez-vous déjà reçu une transfusion sanguine ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |
| 12. Si le résultat de votre test VIH est positif, à qui pouvez-vous vous adresser pour obtenir de l'aide ? | Fermé / Ouvert / Suggestif |

⁴ Tiré de « Manuel du formateur en counseling sur le VIH pour l'Asie-Pacifique » produit par le Bureau régional de l'UNICEF pour l'Asie de l'Est et du Pacifique, FHI et l'Organisation mondiale de la santé.

MODELE DE SCENARIO : Questionnement

Pair Educateur (PE) : Bonjour, XXXX. Merci d'être venu me rencontrer aujourd'hui. *[Affirmation]*
Qu'est-ce qui vous amène ici aujourd'hui ? *[Question ouverte]*

Client : Eh bien, je ne sais pas vraiment si vous pouvez m'aider. Je me suis disputé avec mon copain et j'ai déambulé toute la nuit pour essayer de décider quoi faire.

PE : Vous vous sentez en colère et vous n'êtes pas complètement sûr de ce que vous ferez maintenant. *[Réflexion]*

Client : Oui, je ne pensais pas que je finirais un jour dans ce genre de situation. Je pensais que nous nous aimions !

PE : On dirait que vous vous sentez un peu déçu par votre copain. *[Réflexion]* Que s'est-il passé ? *[Question ouverte]*

Client : Eh bien, il s'est éloigné de moi ces derniers temps. Il dit qu'il m'aime, mais on ne communique plus jamais et il a changé d'humeur. Je pense qu'il fréquente peut-être quelqu'un d'autre. Mais quand je lui ai posé des questions à ce sujet, il s'est vraiment mis en colère et a commencé à me traiter de fou.

PE : Cette question l'a surpris. *[Réflexion]*

Client : Je me suis laissé emporter. J'ai commencé à hurler, à lui lancer des objets.

PE : Vous étiez très bouleversé. *[Réflexion]*

Client : Oui, je lui ai lancé tout ce que j'ai pu trouver.

PE : Vous vouliez vraiment lui faire du mal. *[Réflexion]*

Client : J'ai perdu le contrôle. C'est gênant. Je n'ai jamais fait ça avant.

PE : Vous êtes honnête. *[Affirmation]* Vous n'avez jamais réagi de cette façon auparavant. *[Réflexion]*

Client : Non. J'étais tellement en colère. J'ai tellement peur qu'il couche avec d'autres personnes.

PE : S'il avait d'autres partenaires, qu'est-ce que cela signifierait pour vous ? *[Question ouverte]*

Client : Nous n'utilisons jamais de préservatifs. Je pensais que nous pouvions nous faire confiance. Mais s'il avait été avec d'autres mecs, je serais énervé. Je n'ai pas l'impression qu'il s'en soucie.

PE : On dirait donc que vous vous sentez en colère et trahi par votre copain, et que vous vous demandez s'il vous aime vraiment, et vous êtes surpris par la force avec laquelle vous avez réagi, et aussi un peu effrayé. Est-ce que je vous ai bien compris ? *[Résumé]*

Client : Oui – j'essaie d'être prudent, mais je suis inquiet – et s'il m'avait contaminé avec le VIH ou quelque chose d'autre ?

PE : Vous avez donc peur d'être infecté. *[Réflexion]* Dites-moi, que savez-vous au sujet du VIH ? *[Question ouverte]*

MODELE DE SCENARIO : Demander – Dire – Demander

Client : J'essaie toujours d'être prudent, mais maintenant je suis inquiet – et que se passe-t-il s'il m'avait contaminé avec le VIH ou quelque chose d'autre ?

Pair Educateur (PE) : Vous avez donc peur d'être infecté. *[Réflexion]* Est-ce que je pourrais vous demander ce que vous savez à propos du VIH ? *[Demander]*

Client : Je sais qu'on peut le contracter lors des rapports sexuels, surtout si on n'utilise pas de préservatif. Mais je pensais que puisque que je ne couche pas avec ce genre de gars, je n'avais rien à craindre.

PE : Pouvez-vous expliquer un peu ce que vous entendez par « ce genre de gars ? » *[Sonder]*

Client : Les gars qui couchent avec n'importe qui. Je reste juste avec mon partenaire – il est en très bonne forme et il est toujours propre, alors j'ai pensé qu'il n'y avait pas de problème.

PE : Eh bien, il semble que vous savez déjà un peu sur le VIH. Si vous le souhaitez, je peux partager un peu plus d'informations avec vous. *[Demander la permission]*

Client : D'accord.

PE : Comme vous l'avez dit, vous pouvez attraper le VIH après des rapports sexuels non protégés, et surtout si vous avez eu des relations sexuelles anales sans préservatif. La peau à l'intérieur de vos fesses peut se déchirer très facilement, ce qui permet au virus de passer facilement d'une personne à une autre si une personne est positive. Est-ce que cela ressemble à votre situation ? *[Dire – Demander]*

Client : Oui – il est toujours au-dessus et je suis toujours en dessous. Mais nous n'utilisons jamais de préservatifs.

PE : Ok, vous êtes en dessous sans préservatif, mais il prend bien soin de lui. *[Réflexion]* Beaucoup de gens sont dans cette situation. Je peux vous en dire un peu plus si vous le souhaitez ? *[Demander la permission]*

Client : Ok, bien sûr.

PE : S'il a des relations sexuelles avec vous sans préservatif, il pourrait y avoir un risque de VIH. Beaucoup de gens pensent que seuls certains types de personnes sont à risque, mais en fait, n'importe qui pourrait être infecté par le VIH : peu importe que vous soyez gay ou hétéro. Il n'y a aucun moyen de dire juste en regardant quelqu'un qu'il est infecté. La seule façon de savoir avec certitude est de se faire dépister. Vous voyez ce que je veux dire ? *[Dire – Demander]*

Client : Je pense, oui. Je veux dire, je sais que tout le monde dit qu'on doit se faire dépister et connaître son statut, mais j'ai toujours pensé qu'il serait préférable de ne pas le savoir.

PE : Vous avez donc eu des relations sexuelles non protégées et vous vous inquiétez du VIH. Vous avez pensé au dépistage, mais d'un autre côté, vous pensez qu'il vaut peut-être mieux ne pas le savoir – n'est-ce pas ? *[Réflexion – Résumé]*

RESSOURCE : Cartes de discours de changement

Imprimez ou photocopiez une copie des pages 36 à 39.

Imprimez ou photocopiez plusieurs séries de cartes de discours de changement aux pages 40–55.

Désir

Capacité

Raison

Besoin

Je veux perdre du poids

J'aimerais être plus à
l'aise avec les gens

J'espère que J'aurai de
meilleures notes l'année
prochaine

J'aimerais avoir un
meilleur emploi

Je suis capable de
choisir ce que je mange
pour le dîner

Je peux parler au
docteur de mes effets
secondaires

Je peux me faire
dépister si je veux

Je peux demander à
mon copain d'utiliser un
préservatif

Je devrais avoir plus
d'énergie

Je dormirais mieux

Je pourrais durer plus
longtemps pendant
les rapports sexuels

Je n'aurais pas à
m'inquiéter d'être
infecté

J'ai besoin de perdre
du poids

Je dois arrêter de boire
beaucoup d'alcool

Je dois commencer à
utiliser des préservatifs

Je dois faire un
dépistage du VIH

FICHE DE TRAVAIL : Identifiez les discours de changement

Instructions : Lisez les deux paragraphes ci-dessous et essayez d'identifier tout discours de changement dans la conversation de votre client sur la nécessité de faire plus d'exercices sportifs. Soulignez les déclarations qui reflètent le discours de changement. Ensuite, vous pouvez proposer à votre client un résumé qui reflétera et renforcera sa motivation à changer.

Cliente : Je sais que je dois commencer à aller au gymnase, même si c'est un peu cher. J'ai remarqué que j'avais pris quelques kilos, et lorsque je monte les escaliers menant à mon appartement, je suis souvent essoufflée. Je veux perdre ces kilos supplémentaires. Si je commençais à m'entraîner, je pourrais me remettre en forme. De plus, il y a généralement beaucoup de gars mignons au gymnase. Peut-être que si j'avais un ventre plus plat, j'aurais plus de rendez-vous.

Le problème est que je n'ai que du temps après le travail et que je suis généralement si fatiguée ! Tout ce que je veux, c'est passer du temps sur le canapé et regarder la télévision. C'est vraiment difficile pour moi de quitter le canapé et d'aller à la salle de sport - je ne pense pas que cela se produise après une longue journée au bureau. Je suis prête à essayer d'ajouter des séances d'entraînement le week-end, et j'ai même acheté de jolis vêtements de sport pour que j'aie une bonne apparence au gymnase. Je sais que je rencontrerais plus de gens si j'étais au gymnase, mais c'est difficile de me débrouiller, surtout quand je sais que ça va faire mal !

Résumé :

Clé de Réponse : Pliez le papier de façon à ce que cette partie ne soit pas visible jusqu'à ce que le facilitateur demande aux participants de regarder la clé. Notez que les déclarations soulignées reflètent le discours de changement et les déclarations **mises en évidence** reflètent un moyen de « maintenir la conversation ».

Je sais que je dois commencer à aller au gymnase, même si c'est un peu cher. J'ai remarqué que j'avais pris quelques kilos, et lorsque je monte les escaliers menant à mon appartement, je suis souvent essoufflée. Je veux perdre ces kilos supplémentaires, et si je commençais à m'entraîner, je pourrais me remettre en forme. De plus, il y a généralement beaucoup de gars mignons au gymnase. Peut-être que si j'avais un ventre plus plat, j'aurais plus de rendez-vous.

Le problème est que **je n'ai que du temps après le travail** et que **je suis généralement si fatiguée !** Tout ce que je veux, c'est passer du temps sur le canapé et regarder la télévision. **C'est vraiment difficile pour moi de quitter le canapé et d'aller à la salle de sport** – je ne pense pas que cela se produise après une longue journée au bureau. Je suis prête à essayer d'ajouter des séances d'entraînement le week-end, et j'ai même acheté de jolis vêtements de sport pour que j'aie une bonne apparence au gymnase. Je sais que je rencontrerais plus de gens si j'étais au gymnase, mais c'est difficile de me débrouiller, surtout quand je sais que **ça va faire mal !**

RESSOURCE :
Règle d'importance et de confiance



RESSOURCE : Reconnaître les cartes de résistance

Imprimez ou photocopiez les pages 59–82. Coupez le long des lignes pointillées pour créer des séries séparées de cartes.

Notez que les séries de cartes sont indiquées par la couleur de fond et les petites formes dans le coin en bas à droite.

Vous ne



comprenez pas



ce que c'est



pour moi !



**Je ne veux
pas du VIH**

**mais des relations
sexuelles avec**

des préservatifs

c'est comme
manger des
bonbons

sans

enlever
l'emballage !

Je sais que je
devrais



me faire
dépister, mais



Je suis tellement
inquiète



de ce que
sera ma vie



si je suis



séropositive.



**Les agents chargés
de la
sensibilisation**



**n'écoutent
vraiment**



jamais

ce que j'ai

à dire.



Ils disent que



**les médicaments
pourraient**



me protéger



mais j'entends que



les effets
secondaires



sont terribles.



Tu n'arrêtes pas
de me dire que



je dois utiliser des
préservatifs pour



me protéger



mais



ce n'est pas



ma faute.



Ça ne vous
regarde pas



je fais un
dépistage



ou pas,



c'est mon choix !



Les dépistages
des MST sont

vraiment chers

Je peux juste



acheter



**certains
antibiotiques**



à bon marché



et économiser de
l'argent !



FICHE DE TRAVAIL : Améliorer une Séance de Counseling de motivation

Instructions :

Parcourez la retranscription et surlignez les domaines dans lesquels vous pensez que le conseiller présente des comportements INCONSISTANTS avec le counseling de motivation. Vous pouvez également les biffer et les réécrire pour être COHERENT avec le counseling de motivation.

Exemple de retranscription d'une séance

CONSEILLER : Je suis ravi de vous revoir. Avez-vous travaillé sur les changements dont nous avons parlé la dernière fois ?

Client : Oui.

CONSEILLER : Avez-vous travaillé sur l'abstinence sexuelle ?

Client : Oui, je lui ai dit que je ne me sens pas bien et que je ne veux pas avoir de relations sexuelles maintenant.

CONSEILLER : Vous lui avez dit que vous ne vous sentez pas bien et c'est pourquoi vous ne voulez pas avoir de relations sexuelles. Comment cela s'est-il passé ?

Client : Cela a été dur. Parce qu'elle m'a suspecté d'avoir une autre partenaire et pense que c'est pour cela que je ne veux pas avoir des rapports sexuels avec elle.

CONSEILLER : D'accord, je comprends cela, mais rappelez-vous la dernière fois que je vous ai expliqué à quel point il est important d'éviter les rapports sexuels non protégés en ce moment, et si vous ne vous abstenez pas, vous pouvez infecter votre femme.

Client : Oui, je me souviens.

CONSEILLER : Quels sont les objectifs que vous avez pu réaliser ?

Client : J'ai pu m'abstenir de relations sexuelles avec ma femme depuis mon diagnostic.

CONSEILLER : Vous avez pu vous abstenir. Comment vous sentez-vous par rapport à cela ?

Client : Je me sens bien parce que je sais que je suis très contagieux et qu'il est important d'éviter les rapports sexuels non protégés.

CONSEILLER : Vous vous sentez bien car vous avez réalisé vos objectifs.

Client : Oui, j'avais peur de ne pas pouvoir mettre en application mes plans d'abstinence, mais chaque jour je repense au fait que je veux protéger ma femme et ma famille.

CONSEILLER : Eh bien, mon conseil est que vous continuiez de vous abstenir ou d'utiliser des préservatifs pour que votre femme reste en bonne santé.

Client : D'accord.

CONSEILLER : Avez-vous déjà parlé de votre statut à vos partenaires sexuelles ?

Client : Oui. Je l'ai dit à mon amie – celle dont je vous ai parlé la dernière fois. Je lui ai dit que j'étais séropositif et que je ne voulais plus la voir. Cela m'a rendu très nerveux.

CONSEILLER : Vous l'avez révélé à votre amie mais pas à votre femme. Je m'inquiète que vous n'ayez pas encore informé votre femme de votre statut sérologique. Pouvez-vous me dire ce qu'il y a de mal à informer votre femme ?

Client : Elle pensera que j'ai été infidèle envers elle et elle ne voudra probablement pas rester avec moi. De plus, je pense qu'elle dira à sa famille que j'ai le VIH, et ils parlent beaucoup des affaires personnelles à d'autres personnes en ville. Et j'ai aussi d'autres préoccupations.

COUNSEILLER : Mais votre femme a le droit de connaître ces informations. Elle voudra peut-être se faire dépister elle-même du VIH. Je pense que votre objectif pour la prochaine séance devrait être de dire à votre femme que vous êtes infecté par le VIH.

Client : OK

Formulaire d'évaluation de la formation⁵

Date de la formation : ___/___/_____

Veillez encercler la réponse la plus appropriée. Vos commentaires honnêtes nous aideront à apporter les améliorations nécessaires au programme

1. Cette formation a amélioré ma compréhension des communications pour le changement de comportement.

				
Tout à fait d'accord	D'accord	Aucune opinion	Pas d'accord	Pas du tout d'accord
1	2	3	4	5

2. Cette formation a amélioré ma compréhension des aptitudes de communication.

				
Tout à fait d'accord	D'accord	Aucune opinion	Pas d'accord	Pas du tout d'accord
1	2	3	4	5

3. Cette formation m'a donné l'occasion de mettre en application les compétences de communication utiles.

				
Tout à fait d'accord	D'accord	Aucune opinion	Pas d'accord	Pas du tout d'accord
1	2	3	4	5

4. Les facilitateurs de cette formation ont fait preuve des connaissances sur le sujet.

				
Tout à fait d'accord	D'accord	Aucune opinion	Pas d'accord	Pas du tout d'accord
1	2	3	4	5

5. Les facilitateurs de cette formation avaient de bonnes aptitudes en matière de présentation et de facilitation.

				
Tout à fait d'accord	D'accord	Aucune opinion	Pas d'accord	Pas du tout d'accord
1	2	3	4	5

⁵ Adapté du « Manuel du formateur en counseling sur le VIH pour l'Asie-Pacifique » produit par le Bureau régional de l'UNICEF pour l'Asie de l'Est et du Pacifique, FHI et l'Organisation mondiale de la santé

6. Je pense que le contenu de cette formation me sera utile dans mon travail.

				
Tout à fait d'accord	D'accord	Aucune opinion	Pas d'accord	Pas du tout d'accord
1	2	3	4	5

7. Veuillez énumérer au moins trois choses que vous avez apprises au cours de cette formation et qui vous semblent les plus utiles pour vous et / ou votre organisation.

8. Veuillez énumérer tous les domaines du contenu de cette formation qui vous semblent les moins utiles pour vous et / ou votre organisation.

9. Veuillez énumérer trois changements que vous pouvez apporter à votre travail après avoir terminé cette formation.

10. Veuillez énumérer toutes les modifications que vous recommanderiez que nous apportions à cette formation.

11. Si vous avez l'occasion de participer à d'autres formations, quel contenu spécifique souhaiteriez-vous inclure dans la formation ?

Merci d'avoir rempli ce formulaire d'évaluation !

