

# L'entretien motivationnel : un outil indispensable pour rendre le ou la salarié-e acteur de sa santé \_

Durée  
2 jours / 14 heures

Dates  
19 & 20/11/2026

Coût  
850 €

Intervenante  
**Jenny VACAS**  
Formatrice consultante  
en relations humaines

Basé sur l'écoute active et une attitude empathique, l'entretien motivationnel s'appuie sur des principes et des approches pour susciter, comprendre et soutenir un changement de comportement influençant la santé, en renforçant notamment les compétences psychosociales du ou de la salarié-e afin de l'aider à faire des choix éclairés en matière de santé.

## objectifs \_

- ◀ S'approprier les bases de l'entretien motivationnel pour les intégrer dans sa pratique
- ◀ Développer les compétences nécessaires pour accompagner le ou la salarié-e dans son changement de comportement

## public \_

Médecin du travail, infirmier-ère de santé au travail

## prérequis \_

Exercer en santé au travail

## méthode pédagogique \_

- ◀ Formation présentielle
- ◀ Pédagogie active et participative
- ◀ Alternance de théorie et d'ateliers
- ◀ Analyse de situations concrètes

## évaluation \_

- ◀ Vérification des acquis par des exercices pratiques
- ◀ Appréciation du stage par auto-questionnaire

## programme \_

- ◀ **Les bases de l'entretien motivationnel**
  - Comprendre les principes
  - Mettre en pratique les techniques de base de l'entretien motivationnel
  - Les questions de la motivation et du changement
  - Identifier le discours du changement
- ◀ **Intégrer l'entretien motivationnel dans sa pratique**
  - Construire et soutenir la motivation au changement
  - Susciter et renforcer le discours du changement
  - Œuvrer avec la résistance
  - Les techniques de communication
- ◀ **Les outils techniques**
  - L'empathie
  - Les questions ouvertes
  - L'écoute réflexive
  - Le résumé