

Littéralisme générationnel

William R. Miller, PhD (University of New Mexico)

La psychiatre suisse américaine Elizabeth Kübler-Ross s'était aventurée sur un terrain peu exploré (du moins en psychologie) dans son ouvrage classique de 1969 « *On Death and Dying* »¹. Par l'entremise de conversations avec des personnes malades en phase terminale elle avait cherché à comprendre comment nous nous adaptons à l'imminence de la mort. Ses cinq stades du deuil (déli, négociation, colère, dépression, acceptation), maintenant familiers, ont représenté une première tentative pour décrire le cheminement dont elle a été témoin. Sur une génération, ces cinq étapes ont été généralisées à d'autres formes de pertes (par ex. : rupture amoureuse, troubles liés à la consommation de substance, enfant faisant face au divorce) et sont devenues non seulement descriptives, mais obligatoires. Dans certains services de counseling, les clients s'entendent dire qu'ils doivent progresser à travers toutes les étapes, et dans l'ordre approprié («Non, vous n'êtes pas au stade d'acceptation. Vous avez sauté le stade de la colère et vous avez besoin d'y retourner et de le résoudre.») Par ailleurs, l'existence et la validité des cinq stades n'ont jamais été soutenues dans des recherches évaluées par des pairs.

Quelque chose de semblable s'est passé avec les Alcooliques Anonymes. Les écrits originaux de Bill Wilson, y compris ceux du « Gros Livre »², reflètent un homme humble, patient, compatissant et ouvert qui cherche à aider d'autres personnes comme lui. Même si l'acceptation de la désignation « alcoolique » peut être utile, et même reconfortante, pour certaines personnes qui souffrent, ce n'est jamais dans les écrits de Wilson une étiquette à imposer à une autre personne. Toutes les informations dans les écrits des AA d'origine étaient sous la forme de " Suggestions " avec le conseil général : " prenez ce que vous voulez et ignorez le reste." Pourtant, au cours d'une génération, une industrie de «traitement en douze étapes» a émergé avec, trop souvent, un caractère autoritaire qui en est l'opposé spéculaire³. Au lieu de travailler « par attraction », les réunions des AA sont devenues obligatoires, et il y est espéré et attendu des patients qu'ils disent (voire admettent) " je suis un alcoolique " comme condition préalable au rétablissement.

¹ Elisabeth Kübler-Ross, *Les derniers instants de la vie*, ed.Labor et Fides, 1989

² A.A. *World Services Inc.* (2014). *Les Alcooliques Anonymes (4 ed)*

³ Miller, W. R., & Kurtz, E. (1994). *Models of alcoholism used in treatment: Contrasting A.A. and other perspectives with which it is often confused*. *Journal of Studies on Alcohol*, 55, 159-166.

Le fondamentalisme se produit aussi dans la religion. Jésus était largement critiqué pour nourrir les affamés et guérir les malades le samedi, une violation technique de la règle selon laquelle aucun travail ne devrait être effectué le jour du Sabbat. L'obéissance stricte à de telles règles passe à côté de l'essentiel. Lorsqu'on lui a demandé " Quelle est la règle la plus importante? ", il a répondu que c'est d'aimer Dieu et d'aimer les autres comme soi-même, ce qui résume toutes les autres règles. Ce qui commence comme une description compatissante peut devenir gravé dans la pierre comme un dogme, et cela arrive généralement avec les meilleures intentions.

C'est pourquoi je me questionne lorsque je rencontre ce qui semble être du littéralisme ou du fondamentalisme par rapport à l'entretien motivationnel (EM). Parfois, cela se présente sous la forme d'une simplification excessive: tout ce que vous avez à faire est de poser ces cinq questions, ou de remplir ces quatre cases, et vous faites de l'EM. Cela peut se produire par le biais d'une tentative de réduction de l'EM à une formule ou des étapes. L'une de mes erreurs les plus embarrassantes est d'avoir écrit un guide d'intervention EM pour une seule session à la fin de laquelle les cliniciens devaient avoir complété un plan de changement⁴. Sans l'avoir dit ou même réalisé, je leur disais de finaliser le plan de changement, peu importe si la personne était prête ou non (ce qui n'est clairement pas de l'EM). Par la suite, les analyses psycholinguistiques ont démontré qu'en faisant ainsi avec les clients qui n'étaient pas prêts à s'engager dans le changement nous travaillions à détruire toute la motivation que nous avons réussie à bâtir au cours de l'entretien.

Le littéralisme vient aussi sous forme des règles « vous devez » et « toujours »:

- *Ne jamais* poser de question fermée
- *Toujours* baisser le ton de votre voix à la fin d'un reflet
- *Ne jamais* offrir d'information ou de conseils sans autorisation
- *Toujours* faire les quatre processus dans l'ordre
- *Ne jamais* poser 3 questions à la suite
- *Toujours* offrir deux reflets par question
- *Ne jamais* confronter

⁴ Miller, W. R., Yahne, C. E., & Tonigan, J. S. (2003). *Motivational interviewing in drug abuse services: A randomized trial*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71, 754-763.

- *Toujours* refléter le discours-changement
- *Ne jamais* questionner à propos du discours-maintien

Peut-être est-ce un produit dérivé du processus de codage. Nous avons développé le MISC et le MITI comme premières approximations pour décrire la pratique de l'EM. Ils ne saisissent d'aucune manière l'entièreté de la pratique. Comme Terry Moyers l'observe, il semble y avoir une relation inversée entre la facilité de la mesure et son importance. Ce qui est le plus important en EM n'est pas simple à mesurer. Les comportements concrets peuvent être codés de manière fiable, mais n'offrent qu'une image partielle. La tentation est de prendre des mesures descriptives et d'en faire des règles prescriptives. Cela crée une approche régie par des règles plutôt qu'une méthode répondant avec souplesse à l'expérience immédiate du client. Ainsi, la pratique tend à se cristalliser et à se restreindre.

J'entends que des gens qui tentent d'apprendre l'EM sont critiqués pour avoir violé de telles règles. Pourtant, écoutez les entretiens de démonstration de l'EM avec la liste de règles ci-dessus devant vous, et vous m'entendrez, et d'autres, briser chacune d'entre elles. S'agit-il d'erreurs ? Du point de vue d'une perspective régie par des règles il s'agit en effet de violations, d'erreurs. L'idéal, à l'intérieur d'une perspective régie par les règles, est une performance sans erreur comme le font les gymnastes olympiques. Je pense de nouveau au concept de « telos », souvent traduit par « parfait », qui implique la maturation plutôt que l'absence de défaut.

Lorsque l'on apprend des habiletés complexes comme la conduite d'une voiture, des directives spécifiques peuvent être utiles. Toutefois, avec le temps les spécificités se fondent en un processus agréable et l'objectif d'arriver à destination en toute sécurité. Un rappel ici et là ne fait pas de mal («mettez le clignotant»), mais la compétence est plus que la somme des règles. Cela implique de la souplesse pour répondre à la situation actuelle et se souvenir de là où nous allons.

Laissez-moi vous présenter un exemple tiré des recherches de Terri Moyers sur le codage. Nous savons, des précédentes recherches, que beaucoup de confrontation entraîne de mauvais résultats⁵ ⁶. Mais à l'intérieur d'entretiens hautement adhérents à l'EM elle a trouvé des

exemples de ces « confrontations » tant redoutées. En outre, elle a constaté que l'apparition (quoique peu fréquente) de ces réponses confrontantes en EM étaient associées à un meilleur engagement des clients si, et seulement si, il y avait aussi un niveau élevé de l'esprit EM⁷. Avec un faible niveau de l'esprit EM, les confrontations prédisaient un médiocre engagement, alors qu'en présence d'un esprit élevé (une mesure globale) leur impact changeait. (Il convient également de noter ce qui constitue une "confrontation" dans le codage EM : se montrer directement en contradiction ou en désaccord avec votre client. Ainsi, si un client dit « Je ne suis pas capable » et que l'intervenant répond « Bien sûr que vous le pouvez », c'est codé comme une confrontation)

L'entretien motivationnel est une compétence, ou plutôt un ensemble de compétences complexes. L'excellence dans la pratique de l'EM ressemble plutôt à la compétence sportive ou musicale. Nous le savons quand on le voit ou l'entendons, mais une évaluation fiable de cette qualité globale est insaisissable. Il est évident pour moi que ce n'est pas suffisamment considéré dans le respect des règles comportementales. Ces directives peuvent être utiles lors de l'apprentissage comme des approximations vers la plus grande compétence, et je soupçonne que c'est la façon dont la plupart des gens ont développé la maîtrise de l'EM au fil du temps. J'ai également vu des prodiges qui semblent reconnaître la compétence sous-jacente et l'apprendre rapidement, certainement pas en respectant les règles. Nous avons pris un bon départ dans notre compréhension de la façon d'aider les gens dans leur apprentissage, et nous avons encore beaucoup de chemin à parcourir.

Traduction libre Danielle Pinsonneault, en partenariat avec Thierry le Merdy pour la relecture/mise en forme

Www.mitrip.org

ISSN 2160-584X (online) Vol. 1 No. 3 (2014) DOI 10.5195/mitrip.2014.53

The author reports no conflicts of interest.

Correspondence concerning this article should be addressed to William R. Miller, PhD. Email: wrmiller@unm.edu

Motivational Interviewing: Training, Research, Implementation, Practice

⁵ Miller, W. R., Benefield, R. G., & Tonigan, J. S. (1993). *Enhancing motivation for change in problem drinking: A controlled comparison of two therapist styles*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 455-461.

⁶ White, W. L., & Miller, W. R. (2007). *The use of confrontation in addiction treatment: History, science, and time for change*. *Counselor*, 8(4), 12-30.

⁷ Moyers, T. B., Miller, W. R., & Hendrickson, S. M. L. (2005). *How does motivational interviewing work? Therapist interpersonal skill predicts client involvement within motivational interviewing sessions*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 590-598.