



L'intervention brève (transcription)

Vidéo 3

Déterminer le degré et les sources de motivation

par **David Brown, Ph.D.**

[OUVERTURE EN FONDU]

[DANS LE CABINET DE LA CLINICIENNE – JOUR]

À cette étape, la clinicienne évalue si le patient est prêt à modifier ses comportements de consommation, ce qui inclut notamment aider le patient à reconnaître ses grandes sources de motivation au changement. Dans cette scène, la clinicienne continue à parler à David, un étudiant au doctorat, de sa consommation d'alcool.

[CLINICIENNE]

David, croyez-vous que votre consommation d'alcool actuelle fera en sorte que l'atteinte de vos objectifs soit plus facile ou plus difficile?

[DAVID]

Bien, le fait de boire, je pense pas que ça va aider à la situation.

[CLINICIENNE]

Donc, si le volet alcool était absent, euh, croyez-vous que cela ferait une petite différence ou une grosse différence?

[DAVID]

Je pense que ça ferait une assez grosse différence, mais à ce moment-là, il faudrait vraiment trouver quelque chose pour aider à gérer le stress.

[CLINICIENNE]

Oh absolument, vous avez absolument raison. Vous avez dit que, selon vous, si les répercussions de votre consommation d'alcool s'atténuaient...

[DAVID]

Hum hum.

[CLINICIENNE]

...vos objectifs de vie des six prochains mois seraient un peu plus faciles à atteindre.



[DAVID]

Ben oui, probablement.

[CLINICIENNE]

Je comprends aussi que vous vivez beaucoup de stress, et il faut trouver un moyen pour gérer ça. Mais si je peux me permettre, David, je crois que vous faites un vraiment bon pas.

[DAVID]

Hum hum.

[CLINICIENNE]

Y'a beaucoup de ressources ici pour vous aider, et on va parler de ces ressources-là dans un petit moment. Mais avant il faut vraiment vous fixer des buts réalistes par rapport à changer, euh... ou réduire la consommation d'alcool dans votre vie.

[DAVID]

D'accord.

[CLINICIENNE]

Ok. Quand vous pensez à votre volonté de changer...

[DAVID]

Hum hm.

[CLINICIENNE]

...sur une échelle de 0 à 10, disons, où vous situez-vous?

[DAVID]

Ben à la partie plus haute de l'échelle.

[CLINICIENNE]

Ok, donc ça, ça vous met entre un cinq et un dix.

[DAVID]

Hum, hm.

[CLINICIENNE]

Si vous regardez votre position aujourd'hui...

[DAVID]

Aujourd'hui, je dirais un huit.

[CLINICIENNE]

Un huit?

[DAVID]

Ouais.



[CLINICIENNE]

Pourquoi si haut?

[DAVID]

Bien j'ai... j'ai réfléchi qu'est-ce qu'on a discuté. Je pense que je commence à comprendre...

[CLINICIENNE]

Hum hum.

[DAVID]

Puis, j'arrive au point que faut que je franchisse le pas.

[CLINICIENNE]

David, est-ce qu'il s'est produit autre chose pour vous inciter à changer?

[DAVID]

Ben, ma femme, elle en a eu assez je pense. Puis, je ne suis pas certain de combien d'autre qu'elle va être capable d'en prendre.

[CLINICIENNE]

Pis quand vous avez parlé de stress, euh, sa réaction, est-ce qu'elle vous cause beaucoup de stress?

[DAVID]

Oui.

[CLINICIENNE]

Feque ça c'est un point important auquel il faudra porter attention. Parce que là on commence à s'apercevoir que c'est pas juste une question de travail.

[DAVID]

Non.

[CLINICIENNE]

Ok.

[FONDU AU NOIR]

FIN