

Outil : Échelle de Motivation

Participant.s : 1 et +

Public cible

Patient.s en MSP

Objectif

évaluer la motivation à réduire ou arrêter la consommation de substances psychoactives, identifier les moments opportuns, et renforcer la confiance en la réussite du projet.

Déroulé

1. Motivation pour réduire ou arrêter :

- Sur une échelle de 0 à 10, évaluez votre motivation actuelle à réduire ou arrêter votre consommation de substance psychoactive.
- Quelles sont les raisons qui motivent cette décision? Enumérez-les.

2. Le bon moment pour réduire ou arrêter :

- Sur une échelle de 0 à 10, à quel point est-ce le bon moment pour vous de réduire ou arrêter votre consommation?
- Quels sont les facteurs qui influent sur votre perception du bon moment?

3. Confiance dans la réussite :

- Sur une échelle de 0 à 10, évaluez votre niveau de confiance dans la réussite de votre projet de réduire ou arrêter votre consommation.
- Quelles actions spécifiques peuvent renforcer votre confiance en la réussite?

Matériel

- Échelle de motivation 0 à 10
- ou/et échelle de motivation emojis

Niveau de difficulté



Avis

