

Aide mémoire

Le dévoilement de soi

Rappel :

Le dévoilement de soi, c'est de se livrer à l'intervenant de façon authentique et en ayant confiance en lui.

Le dévoilement de soi peut poser des enjeux dans trois contextes :

- Dans la vie quotidienne
- En contexte de soins et de services de santé en santé mentale
- En affectant la qualité de l'écoute des différents intervenants

Plusieurs obstacles peuvent affecter le dévoilement de soi :

- La stigmatisation en lien avec le diagnostic
- La crainte des conséquences négatives
- Les voix
- Les déficits cognitifs et les émotions négatives

Pour favoriser le dévoilement de soi, il faut privilégier :

- Instaurer un climat qui favorise le dévoilement de soi dans le contexte d'une relation de confiance entre l'intervenant et la personne
- Être à l'écoute de la personne, lui laisser de la place pour s'exprimer
- Accompagner la personne pour développer les habiletés nécessaires afin d'être en mesure de se dévoiler aux autres