L'ACCEPTATION

L'acceptation est une attitude fondamentale dans le counseling. Communiquer son acceptation implique que toutes **les attitudes et les comportements verbaux et non verbaux du praticien indiquent à la personne que quelqu'un est en train d'essayer de la comprendre, de l'accepter dans sa totalité.** L'acceptation est quelquefois plus importante que la compréhension.
La personne a avant tout besoin d'être acceptée comme elle est, comme elle se sent, comme elle dit qu'elle se sent avant de pouvoir explorer le changement. Souvent à l'occasion d'événements comme la maladie, elle découvre que l'acceptation qu'elle croyait acquise de tel ou tel membre de son entourage ne l'était pas réellement. Par exemple, les personnes séropositives ont presque toujours été confrontées au deuil de l'amour inconditionnel de leur entourage.
La confrontation au handicap, de par les angoisses qu'elle suscite, réduit aussi les capacités d'acceptation de l'entourage qui, ayant des difficultés à se confronter à la souffrance de la personne, se tient à distance.

Comment manifester son degré d'acceptation ?

- En aidant la personne à **restaurer son image** de soi et son estime de soi,
- En aidant la personne à développer une plus grande **acceptation d'elle-même** (souvent les personnes sont très sévères avec elles-mêmes : par exemple, elles ne s'autorisent pas au repos, elles se sentent coupables d'être malades,...).

Questions à se poser

- Suis-je capable dans une relation de Conseil d'accepter totalement la personnalité de l'autre ?
- Comment se fait-il que quelquefois j'accepte certains aspects d'une personne et désapprouve totalement ses autres aspects ?
- Comment puis-je communiquer mon acceptation des sentiments d'autrui ?
- Si je désapprouve une personne, que faire ?

Réflexion

- Je peux me trouver menacé par certains aspects d'une personne ; il est important que j'accepte mes propres sentiments à l'égard de cette personne pour ensuite développer mon acceptation.

Cette fiche a été rédigée à partir d'extraits des ouvrages suivant :
C. Tourette-Turgis (1996). La rétinite à CMV – Guide de counseling. (pp. 54-55). Ed. Comment Dire
C. Tourette-Turgis (1992). Guide de prévention – Comment conduire des actions en éducation pour la santé sur l'infection par le V.I.H. auprès des jeunes en milieu scolaire.(chap. I – p. 60). Ed. Comment Dire / AFLS

© 2001, Catherine Tourette-Turgis et COMMENT DIRE.
All rights reserved.