

La valorisation*

C'est quoi ? à quoi sert-elle ?

La démarche de demande d'aide ou d'accompagnement est parfois vécue comme une preuve de faiblesse, un échec. Valoriser la démarche d'une personne qui demande de l'aide à une autre personne ou à une structure l'autorise à aller plus loin.

Cela lui montre d'emblée qu'on considère toute demande d'aide comme une forme de courage, le courage d'être ce que l'on est avec ses forces de résilience et aussi ses besoins, ses fragilités, ses zones de vulnérabilité.

Oser dire à quelqu'un «j'ai besoin d'aide» est une preuve de fiabilité de soi envers soi. Si la personne n'en est pas persuadée, alors valoriser sa démarche est un moment important dans le processus d'aide et d'accompagnement.

* C. Tourette-Turgis, M. Rébillon (2019). Cancer et travail – Manuel d'écoute et d'accompagnement pour les entreprises. Ed. Comment Dire (page 90)