

CONSCIENCE DE SOI

AMÉLIORATION
DE LA CONSCIENCE DE SOI

5390

Définition : aide apportée à un patient dans l'exploration et la compréhension de ses pensées, de ses sentiments, de ses motivations et de ses comportements.

► **Activités**

- Encourager le patient à reconnaître et à exprimer ses pensées et ses sentiments.
- Aider le patient à prendre conscience du fait que chaque individu est unique.
- Aider le patient à distinguer les valeurs qui contribuent à son image de soi.
- Aider le patient à déceler les sentiments qu'il éprouve habituellement envers lui-même.
- Faciliter l'analyse par le patient de ses manières de réagir en face de situations variées.
- Aider le patient à établir ses priorités de vie.
- Aider le patient à déterminer l'impact de la maladie sur son concept de soi.
- Relever le déni de réalité du patient, si nécessaire.
- Confronter le patient à ses sentiments ambivalents (colère ou dépression).
- Aider le patient à accepter sa dépendance envers d'autres personnes, si nécessaire.
- Aider le patient à modifier sa perception de lui-même comme victime en définissant ses droits propres, si nécessaire.
- Aider le patient à prendre conscience des énoncés défavorables qu'il émet à son endroit.
- Aider le patient à reconnaître ses sentiments de culpabilité.
- Aider le patient à reconnaître les situations anxiogènes.
- Explorer avec le patient son besoin de maîtriser la situation.
- Aider le patient à discerner ses attributs favorables.
- Aider le patient à réexaminer ses perceptions défavorables à son sujet.
- Aider le patient à déterminer sa source de motivation.
- Aider le patient à reconnaître ses comportements autodestructeurs.
- Faciliter l'expression de soi du patient au sein d'un groupe de pairs.

Bibliographie

- Luckmann, J., & Sorensen, K.C. (1987). *Medical-surgical nursing* (3rd ed.). Philadelphia: W.B. Saunders.
- Potter, P.A., & Perry, A.G. (1993). *Fundamentals of nursing: Concepts, process, and practice* (3rd ed.). St. Louis: Mosby.
- Sorensen, K., & Luckmann, J. (1986). *Basic nursing: A psychophysiological approach* (2nd ed.). Philadelphia: W.B. Saunders.